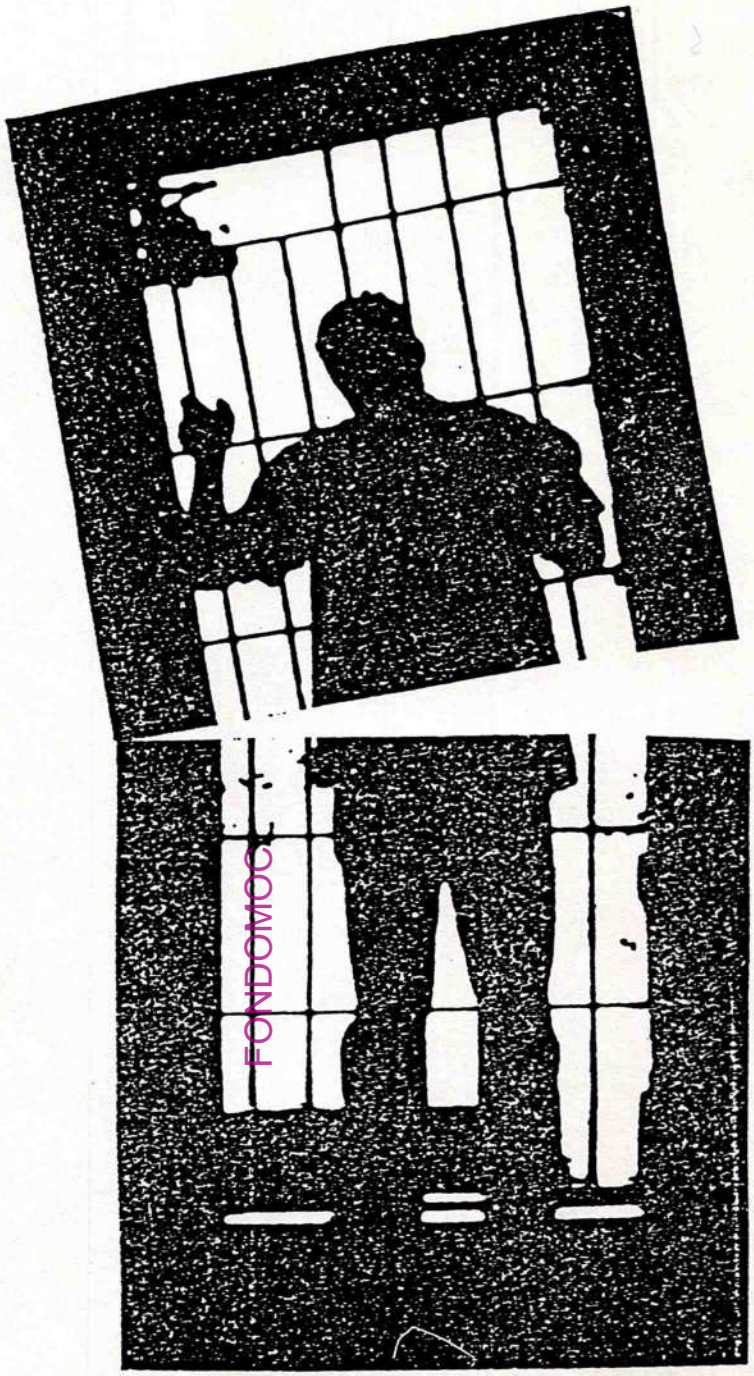


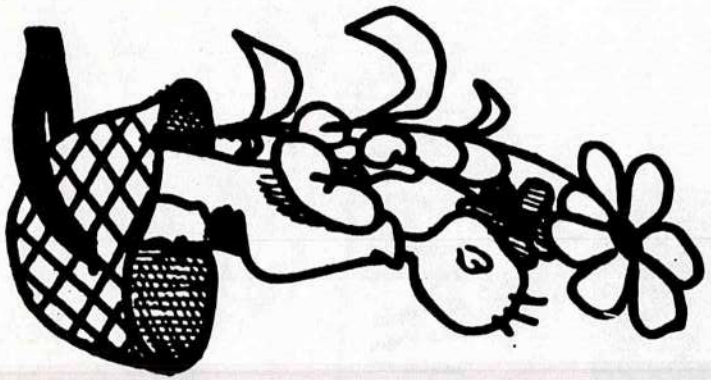
FONDOMOC

MANUAL para INSUMISOS

ELEMENTOS DE PREPARACIÓN PARA AFRONTAR LA PRISIÓN

MOC de Cataluña. Diciembre 88.

Reelaborado por el Colectivo de Objeción y Antimilitarismo (COA - MOC) de Zaragoza.



FONDOMOC

INDICE

Apuntes para la preparación del juicio..... 2

El Reglamento de cárceles militares 6

Reglamento de prisiones civiles 11

Algunos conceptos sobre la prisión 22

Cuestionario a gente que ha estado en la cárcel (civil o militar) 27

Preparación de la huelga de hambre 34

Encuesta efectuada entre un grupo de expresos políticos en su 11º día de huelga de hambre 40

FONDOMOC

APUNTES PARA LA PREPARACIÓN DEL JUICIO

"La desobediencia civil se basa en el reconocimiento del hecho, demasiado tiempo ignorado, de que la obediencia a la ley implica la responsabilidad del ciudadano, y que, en consecuencia, quien se somete a una ley injusta carga con una parte de la responsabilidad por esta injusticia" (J.M. MULLER)

Una campaña de desobediencia civil en un momento dado ha de afrontar la represión, en forma de detención, procesamiento y juicio, contra aquellos miembros en que se concreta la transgresión de una norma o ley.

En la estructura estatal, el Poder Judicial (PJ) se encarga de evaluar estas infracciones y de indicar, en su caso, las compensaciones que el acusado ha de satisfacer para reparar la falta. En el Estado moderno, este "ritual" se intenta caracterizar de una supuesta independencia de toda clase de elementos no propiamente jurídicos: la famosa independencia del PJ, tantas veces puesta en evidencia.

Generalmente, la opinión pública tiende a dividir en dos grandes grupos los procesos judiciales: por un lado las causas comunes, y por otro los políticos o de conciencia. No entraremos aquí a discutir o polemizar en torno a esta distinción. Pero no puede servir para enmarcar las lineas por donde evolucionará el juicio.

FONDO MOC

En un proceso por desobediencia civil parece claro que las razones que han fundamentado esta actitud han de aparecer en el juicio con unas connotaciones claramente políticas.

TIPOS DE TRIBUNAL

La voluntad del PJ será, en cualquier caso, reducir todo proceso, y especialmente el político, a un problema puramente jurídico, sin referencias para nada a cualquier tema "extraño". En este sentido, toda intervención a lo largo del proceso que se salga del contexto técnicamente jurídico romperá el equilibrio necesario para que el juicio evolucione con "normalidad".

Uno de los primeros elementos de "normalización" es la realización de juicios por TRIBUNALES ORDINARIOS. Es un síntoma de que el poder se siente seguro ante el proceso, y confía en la estructura ordinaria del PJ para resolver el conflicto. Pero muchas veces se crean TRIBUNALES DE EXCEPCIÓN, ya sea de una manera extraordinaria en un momento dado, o de forma regularizada, para afrontar aquellos procesos en que un juez ordinario no es garantía suficiente. Un ejemplo sería el montaje de los vencedores de la II Guerra Mundial en el Proceso de Nüremberg. Pero ¿quién no se acuerda del tristemente famoso Tribunal de Orden Público del franquismo? ¿o, sin retroceder tanto, de la actual "Audiencia Nacional"? Son claramente unos tribunales excepcionales instaurados de una manera fija.

¿POR QUÉ EL PROCESO BUSCADO?

En cualquier caso, ¿cuál puede ser la actitud del acusadoante el juicio? Primero debemos plantear una cuestión: ¿qué se busca en el juicio? ¿La salvación del acusado? ¿la denuncia de la situación injusta que ha generado la desobediencia?

Una de las características de la campaña de insumisión es que nos encontramos ante un PROCESO BUSCADO. El hecho de que esta iniciativa se toma de una manera colectiva ayuda a solucionar el dilema planteado más arriba: ¿salvarse o denunciar?

No tiene ningún sentido primar la liberación a la actividad reivindicativa cuando voluntariamente se ha buscado el procesamiento. Hay tantos que cada año desertan del ejército y desaparecen evitando la detención y evitando cualquier actitud de protesta ...

Contrariamente, provocar un proceso por insumisión tiene el sentido de exponer públicamente la contradicción entre la conciencia de una colectividad y el marco legal al que se ha de someter. Afrontar abiertamente un proceso ha de servir para fomentar una campaña de reivindicación y apoyo asentada precisamente en la existencia de represaliados.

Pero, con todo, podríamos convenir que el salvarse o denunciar no son necesariamente alternativas mutuamente excluyentes. Recordemos, si no, el caso de Laureano Herrero, en libertad provisional en el momento de redactar estas lineas -Nov. 88-. El "Consejo" no le reconoce como objetor por haber presentado la declaración colectiva. El 28 de Septiembre del 88 tenía que incorporarse a filas. No lo hizo, y el 29 se entregó. Resultado: los militares se lo quitan de encima las tres veces sucesivas que se presenta. Finalmente, el 17 de Octubre es encarcelado, y el 29 del mismo mes, puesto en libertad provisional. El juez quedó, parece ser, desconcertado ante el "historial" de Laureano: objetó en el 83, en el 88; el CNOC le denegó la condición, él reivindica la colectiva... y la prensa difunde el testimonio.

Si ésta es la evolución de un caso aislado, imaginad lo que podría dar de sí una situación de desobediencia colectiva. Convendremos, en cualquier caso, que no seguiría un proceso "normal"

FONDOMOS

ACTITUDES ANTE EL JUICIO

La actitud ante un proceso judicial puede ser definida por dos grandes lineas: la actitud de CONNIVENCIA, o la de RUPTURA. Por la primera actitud se entiende la sumisión por parte del procesado a la orden establecida por el juicio. Intentará, utilizando únicamente recursos estrictamente judiciales, conseguir una sanción más reducida. El acusado y su defensa acatan la disciplina judicial. Esta actitud es la que normalmente se asume en procesos por causas comunes, y corresponde a lo que estamos acostumbrados a ver en numerosas películas y series televisivas: un abogado intenta desmontar las pruebas acusadoras, o se esfuerza buscando atenuantes, mientras el acusado normalmente muestra arrepentimiento y solicita una oportunidad de reinserción. Y siempre con gran respeto por todo lo que comporta el procedimiento judicial, su ritual y sus personajes.

La actitud de RUPTURA, por contra, es la negación de la CONNIVENCIA. No se entra en el juego del proceso judicial; se descubre y denuncia al verdadero agente de decisión -el Estado-, y se desmonta el tinglado. Se expone la ruptura real que existe, ya no en el mismo juicio, ino fuera del proceso, en el contexto de intereses de cada parte, el juez y el juzgado, identificados en opciones ideológicamente opuestas.

Una de las características del comportamiento del procesado que plantea la RUPTURA es la reivindicación de los hechos en que se basa la acusación. Mientras en una actitud de CONNIVENCIA se intenta demostrar la inocencia o, como mínimo, las causas atenuantes que disminuyen el castigo.

Al asumir una actitud de ruptura, el Tribunal reaccionará desestimando las justificaciones políticas que se presentan, y exigirá que el comportamiento se ciña estrictamente a lo marcado en los "canones" jurídicos. Mientras, la actitud de RUPTURA de la parte acusada puede tomar diversas formas: desde la más pasiva de mantenerse totalmente inactivo a lo largo del juicio, pasando por el discurso político, o llegando a la más espectacular de provocar la suspensión de la vista con gritos, consignas, cantos, insultos... hasta que el juez se vea obligado a expulsarla.

Entre la CONNIVENCIA y la RUPTURA podríamos encontrar un punto intermedio: provocar una RUPTURA en el fondo (el discurso del acusado y su defensa centrados en el aspecto político y reivindicativo) pero actuar en CONNIVENCIA con la forma (mantenerse dentro del "orden" de funcionamiento previsto por un juicio). De esta forma se consigue que el juicio se transforme en una plataforma de exposición política difundida al exterior a través de los medios de comunicación y de la actuación de grupos de apoyo, que dura mientras el equilibrio RUPTURA/CONNIVENCIA no se rompe definitivamente.

Ya hemos comentado antes que la actitud de ruptura no necesariamente conlleva un aumento de las condenas. La movilización generada por la reivindicación política de los hechos juzgados ha conducido muchas veces a la liberación de los encausados, que, en otras circunstancias y moviéndose en ámbitos estrictamente jurídicos, tendrían una condena asegurada.

En el transcurso de un juicio con actitud de RUPTURA hay que tener también en cuenta que el tiempo transcurre en beneficio del encausado. Un juicio rápido, con poco trabajo, no da oportunidad a la reivindicación política y sensibilización popular. Contrariamente, un proceso largo ofrece una buena tribuna para exponer los planteamiento políticos que, en definitiva, se están juzgando. Y, en consecuencia, facilita el poder llegar progresivamente a un abanico cada vez más amplio de público.

FONDO MC

EL ABOGADO

Uno de los personajes más importantes en un juicio, visto desde el encausado, es el abogado.

Uno de los primeros aspectos a clarificar en la relación acusado-abogado es la actitud a tomar ante el juicio. No tiene ningún sentido que mientras uno se someta al orden jurídico (CONNIVENCIA), el otro comience una discusión política o insulte al juez (RUPTURA)

Se podría decir que los abogados han sido formados para acatar la disciplina propia del juicio. Por tanto, la propuesta de RUPTURA será, como mínimo, novedosa, si no totalmente menospreciada, a no ser que se presente a un letrado ya iniciado o próximo a las ideas a defender. Se pueden encontrar muchos buenos abogados para una defensa de CONNIVENCIA, pero difícilmente servirán para una defensa política.

En un "juicio tradicional", todo el proceso gira alrededor principalmente alrededor de la intervención personal del defensor, en un tipo de actividad de lucimiento de toda clase de virtudes: memoria, intuición, perspicacia, etc... que tiende a distinguir a un abogado de otro, como si fuera un "ranking"

Por el contrario, la propia dinámica del proceso político conduce en una situación de madurez política, a la despersonalización de

la defensa por parte del abogado, lo cual conduce directamente a la formación de colectivos de abogados que trabajan en equipo.

El trabajo del equipo de abogados se encuentra en todo el proceso de movilización del que forman parte. Por tanto, es impensable la defensa en un proceso político como algo aislado del entorno.

Para acabar, una propuesta. Muchos de vosotros seguro que no habéis asistido nunca a un juicio. No estaría de más procurar que el primero no os tenga a vosotros de protagonistas. Diariamente, en los juzgados se realizan vistas públicas que pueden ser interesantes de cara a tomar contacto con el procedimiento.

Bibliografía: - Miguel Castells. "Los Procesos Políticos". Ed. Fundamentos. 1977

FONDOMOC

EL REGLAMENTO DE CÁRCELES MILITARES

Está contenido en el REAL DECRETO de 22 de Diciembre de 1978. Su nombre el "Reglamento de Establecimientos Penitenciarios Militares", y está publicado en el B.O.E. de 3 y 5 de Febrero de 1979.

En primer lugar, hay 2 tipos de instalaciones penitenciarias militares:

- Las penitenciarías militares: son propiamente las cárceles militares, creadas especialmente para reclusos con condenas, en principio, superiores a 6 meses.

- Las prisiones militares: hay tantas como necesite el ejército. En ellas se cumplen arrestos y penas menores. El Reglamento rige para ambas instalaciones, pero el personal es más reducido en éstas.

Mando y Personal

La mayor autoridad es el Gobernador, que suele ser coronel o Capitán de Navío. Le sigue el Subgobernador (Tte Coronel o Capitán de Fragata) encargado de suplir al Gobernador cuando éste no está. Luego está el Jefe del Detall (Comandante o Capitán de Corbeta), encargado de cuestiones administrativas, monetarias, vestuario, etc. Mas personal:

- El Jefe u Oficial Médico, que "vela" por a salud de los presos y la salubridad de los locales.
- El Jefe u Oficial Capellán, que "atiende" las necesidades espirituales de los reclusos, celebra misas, y, en caso de no haber allí ningún "Maestro Nacional", es el encargado de impartir enseñanzas.
- El Secretario del Gobernador.
- El Suboficial de Cargo, subordinado directo del Jefe del Detall.
- El Oficial Comandante del Servicio Interior, es el que tiene trato directo con los presos, está presente en el comedor, hace las inspecciones, pasa lista a los presos en los recuentos...
- El Celador Mayor, el más antiguo de los celadores.
- Celadores o Llaveros, encargados de lo que ellos llaman "servicio interno", abren y cierran puertas, conducen a presos, etc.
- Ordenzas, son soldados que cumplen la mili, realizan trabajos auxiliares y de ayuda a los celadores.
- El cartero, que es un soldado que cumple la mili.
- Auxiliares de Régimen, son presos que ya están acabando condena, nombrados por el Gobernador y hacen tareas de control sobre los demás presos, les acompañan. los vigilan... en fin: enchufados y chivatos.
- "Destinos", on también presos que hacen el trabajo de los ordenanzas cuando no los hay.

Régimen de Vigilancia y Seguridad

El Reglamento hace constante referencia a la disciplina como valor supremo; el comportamiento correcto y la limpieza personal también deben ser cuidados por todo el personal del establecimiento.

- Para el personal de la cárcel, está prohibido conversar con los presos, "familiarizarse" con ellos, tutearlos, designarlos con calificativos o apodos, y, en general, "todo aquello que perjudica la disciplina" (Art. 89)

FONDO MOC

- Siempre hay que llevar el uniforme y, salvo los que tienen trato directo con los presos, las armas reglamentarias.

- Los celadores están obligados a asistir a la misa los días de precepto; para los presos es voluntaria.
- Están prohibida toda clase de blasfemias, irreverencias o burlas a las creencias religiosas.

Departamentos celulares

Es donde se encuentran los presos en régimen de aislamiento. Las normas son las siguientes:

- Hay que estar en silencio absoluto
- Hay derecho a dos paseos al día, como mínimo de 1 hora.
- Está prohibido fumar, enceder cerillas, tener mecheros...
- Prohibición de recibir objetos de ninguna clase, salvo autorización especial.
- Obligación de recoger la cama al toque de diana.
- No se puede escribir en paredes, puertas, etc...
- Está prohibido comunicarse con los demás presos, proferir gritos, silbidos, etc.
- Para llamar al celador, tocará suavemente la puerta, y dirá el número de su celda (que debe saber)
- En el patio, observará "orden y compostura debidos"
- Podrá pedir libros "autorizados" a la biblioteca
- Será responsable de los desperfectos y deterioros intencionados que produzca en la celda, ropa, utensilios o libros (art. 50)

FONDOMOC

Horarios

En el horario habrá una jornada laboral no superior a la existente fuera (es decir, 8 horas). Las horas previstas para el sueño son como mínimo 8. A ejercicio físico, deportivo o instrucción militar se dedicarán 2 horas. Como mínimo, habrá 2 horas para "recreo y academia" Por último, todos los actos deben estar anunciados por los medios con que cuente el establecimiento (art. 51)

Formaciones, Recuentos, Requisas

Se harán formaciones y recuentos a los toques de diana (levantarse) y retreta (acostarse). También antes y después de los paseos, talleres, comidas, "escuelas" y la misa, y siempre que se realice un traslado de un lugar a otro de la cárcel en número superior a tres.

Se realiza formación obligada al toque de "oración", en estricto silencio, y firmes.

Como mínimo hay dos requisas al día, una a la diana y otra a la retreta (art. 52). Consiste en el detallado reconocimiento de puertas, ventanas, rejas, paredes, pisos de celdas, ropas, efectos de cama y vestir de los detenidos, "cuando se tengan sospechas de que pueden ocultar armas, instrumentos cortantes o punzantes, o material explosivos o inflamables" (art. 171)

INGRESO EN LA CÁRCEL

En primer lugar, para entrar en la cárcel militar es imprescindible que exista una orden de la autoridad competente o mandamiento judicial. Los datos que recogen al preso son: nombre, apellidos, apodo (si lo tuviera), estado, religión, naturaleza, domicilio, profesión y empleo o clase, arma, cuerpo, buque o unidad, y otras señas que sirvan para identificarlo. A ello se adjunta el resultado de un reconocimiento médico. a cada penado se le abre una ficha.

CUMPLIMIENTO DE LAS PENAS

Cuando se cumple condena, el trabajo es obligatorio. Los arrestados o en prisión preventiva (antes del Consejo de Guerra) sólo realizarán los trabajos "mecánicos o de otra clase compatibles con su situación".

"Los oficiales y suboficiales podrán voluntariamente realizar trabajos intelectuales o manuales, sin que ello conlleve remuneración ni redención de condena" (art. 78)

La ejecución de las penas se divide en 4 periodos y lo llaman "sistema progresivo"

ASCENSOS Y RETROCESOS

FONDOMOC

El Gobernador, a propuesta de la Junta Calificadora de Conducta podrá ordenar el paso de un periodo a otro o el retroceso, en caso de "mala conducta o falta de aplicación reiterada" (art. 85)

COMUNICACIONES ORALES Y ESCRITAS

- Para poder visitar a los presos habrá que tener un pase, expedido por el Gobernador de la cárcel o, en su caso, por la autoridad militar de la plaza.

- Para los presos está prohibido el uso del teléfono, salvo con autorización expresa, en cada caso, del gobernador.

- Los oficiales y suboficiales pueden tener visitas cada día y sin excesivas restricciones.

- Para los presos "normales", las visitas serán dos por semana durante horas de patio y en días designados por el gobernador.

- Los enfermos pueden tener las comunicaciones en la enfermería.

- Las comunicaciones con el defensor no pueden ser ni suspendidas ni intervenidas (salvo orden judicial) y se pueden realizar desde las 8 de la mañana hasta la puesta del sol.

- El gobernador decide cómo y cuándo hay que intervenir las comunicaciones.

- En caso de comunicación intervenida, los comunicantes deberán decir en que idioma se expresarán.

- Si el preso o los visitantes quiren darse algo (carta, objeto...) deben consultarlo previamente con los celadores.

- Se puede solicitar al gobernador que alguien de la famila lleve comida al preso o que lo visite en horas extraordinarias (él decidirá si lo concede o no)

- En comunicaciones intervenidas pueden suspender la visita si entre visitantes y visitado se sostuvieran conversaciones que entrañaran censuras para el régimen del establecimiento o para las autoridades, o emplearan palabras equívocas o idiomas que hagan sospechosa la conversación (art. 139)

- No se impide a los presos que tengan manifestaciones de afecto hacia los padres o hijos u otras personas de la familia "sin provocar el escándalo y con la debida vigilancia" (art. 130)

- "Como norma general no se autorizará la entrada de mujeres para visitar el interior de los establecimientos" (art. 151)

LOS PRESOS INCOMUNICADOS

Estarán sólos en una celda, con vigilancia superior a la normal. Se evitará que comuniquen con persona alguna oralmente o por escrito. Sólo podrán hablar con el gobernador el oficial de servicio interior y con los celadores encargados de su inmediata custodia.

FONDO MOVIMIENTO

REGIMEN DE INSTRUCCIÓN Y EDUCACIÓN

Está prevista la "instrucción militar" que corresponda a cada cual, "recibiendo además las suficientes conferencias de moral militar y cívica al objeto de que mantengan o recuperen las virtudes castrenses y ciudadanas"

La instrucción religiosa corre a cargo del oficial capellán. Los no católicos pueden ser atendidos por el ministro del propio culto.

"Se cuidará muy especialmente erradicar el analfabetismo". Entre los mismos presos, se escoge a los más idoneos para dar clases. Asimismo debe haber una biblioteca y un servicio de préstamo de libros. "Se podrá autorizar la lectura de la prensa que seleccione el gobernador" (Art. 163.3)

"Sr procurará organizar conferencias, grupos artísticos, audiciones radiofónicas y proyecciones cinematográficas y televisivas" (art 164)

RÉGIMEN SANITARIO

- "El establecimiento dispondrá de instalaciones sanitarias proporcionales a la capacidad de reclusos y, concretamente, de una enfermería adecuada, y con los elementos necesarios para la asistencia eficiente de los enfermos, con un número de camas suficientes para atender a la población reclusa" (art. 166)

- El ofcial médico debe hacer visita diaría para quien lo necesite.

- Si alguien desea ser visitado por un oficial médico distinto, debe solicitarlo al gobernador.

- Dos veces al mes se hará un reconocimiento general a los presos y personal de plantilla para comprobar el estado de higuiene y salubridad (art. 167.4)

- Se harán conferencias sobre educación sanitaria semanalmente a los presos y personal penitenciarios (que está obligado a asistir)

- La ropa de la cama se mudará como mínimo una vez cada 15 días en invierno, y una vez cada 8 días en verano (art. 167.9). Hay que decir que "todos los presos tendrán que aportar su haber o en metálico para el lavado de ropas y peluquería, la cantidad fijada popr el Ejército respectivo para estos conceptos" (art. 174)

RÉGIMEN ECONÓMICO Y ADMINISTRATIVO

Finalmente, el Reglamento contempla en este apartado el funcionamiento de la economía y la administración del "establecimiento".

Dentro de la cárcel no circula dinero. Los haberes de los presos quedan en un "depósito", y su valor se reparte en forma de "vales" que pueden servir parta comprar en el economato (a la salida de la cárcel ya se hará la liquidación). También en este apartado aparece una detallada descripción del vestuario del preso (ropa militar, evidentemente), tanto de verano como de invierno, y la ropa de taller.

FONDOMOC

LA LIBERTAD CONDICIONAL

Para acceder a ella, el preso deberá estar en el último periodo, que la pena impuesta no sea superior a 1 año, que haya cumplido ya las 3/4 partes de la condena y que haya observado buena conducta. Para el cómputo de las 3/4 partes de la condena se tendrá en cuenta el tiempo de redención por trabajo.

La libertad condicional puede ser revocada en caso de:

- Un nuevo delito (con la pérdida del tiempo pasado en libertad si se apreciaran agravantes de reiteración o reincidencia)

- Mala conducta o no verificación de las presentaciones reglamentarias que se señalen al liberado (art. 90)

DE LOS DETENIDOS, PRESOS, Y ARRESTADOS

Art. 103. Los presos, detenidos y arrestados de las clases de tropa y marinería permanecerán encerrados en sus celdas, saliendo de ellas en las horas de recreo o para asistir a las comidas, escuelas, aseo personal, higiene, actos religiosos o actos colectivos, siempre bajo la vigilancia del Celador de servicio en la dependencia.

Art. 104. No se permitirá que los reclusos, cualquiera que sea su categoría, se entretengan en juegos de envite o de azar y en los que puedan mediar apuestas en metálico, pudiendo el Gobernador del establecimiento autorizar los de ajedrez, dominó, damas y otros análogos.

Art. 105. Tampoco se permitirán banquetes ni diversiones que alteren el orden del establecimiento, ni el uso de bebidas alcohólicas, ni que los reclusos tengan en su poder instrumentos de música, ni emplear en sus conversaciones palabras de censura para el régimen de establecimiento, blasfemias, cantares deshonestos o manifestaciones políticas.

Art. 106. Los Oficiales presos, detenidos y arrestados no podrán emplear a los Ordenanzas más que para la limpieza de los locales que ocupen, y en las horas reglamentarias. Si los necesitasen para otro servicio, lo solicitarán del Oficial del servicio interior, que podrá conceder autorización si estimase atendible y urgente la petición, y siempre que con ello no quede desatendido el servicio.

Art. 115. 1. Todo preso, detenido o arrestado tendrá derecho a enviar solicitudes y presentar reclamaciones, así como a utilizar los recursos establecidos por las leyes, lo que hará por conducto regular, exponiendo sus deseos o entregando sus solicitudes al Subgobernador, si lo hubiere, para que éste las haga llegar al Gobernador, el que las cursará a las autoridades a quienes vayan dirigidas. En el único caso de que se trate de asuntos relacionados con el proceso a que esté sometido el interesado, podrá éste dirigirse directamente a la autoridad judicial.

2. También tendrá derecho a recibir información sobre su situación jurídica y derechos y deberes que le correspondan.

Reglamento de prisiones civiles

Está contenido en el Real Decreto de 8 de mayo de 1981 (n. 1201/81), se llama "Reglamento Penitenciario" y editado en el BOE del 23 de junio de 1981.

Hemos hecho aquí un resumen del libro de próxima aparición (posiblemente ya está en la calle) "DEFENDERSE DE LA CÁRCEL", editado por "SALHAKETA", asociación de apoyo a personas presas y detenidas (con direcciones en Vitoria, c/Florida, 37 , 2º-A, Bilbao, c/ Uribarri, 2, 3º-dcha, y en Pamplona, ap. 1379).

Tus derechos

Si estás condenado, tus derechos se ven limitados sólo en la medida en que se recoja en la sentencia. Por lo demás, la vida dentro de la cárcel está regulada por la Ley Orgánica General Penitenciaria y el Reglamento Penitenciario, éste más restrictivo, y de ambas normas tienen que existir copias a tu disposición en la prisión.

Aunque teóricamente se recogen en la ley toda una serie de derechos, en la práctica algunos de ellos son incompatibles con la vida dentro. El derecho a la intimidad, por ejemplo, está limitado en la práctica por los cacheos, registros, acceso a la celda siempre posible por parte de los funcionarios, hacinamiento, etc...

La Administración está obligada a:

-no permitir tortura, malos tratos, trato degradante, rigor innecesario,
-preservar tus derechos y libertades,
-gestionar tus peticiones o quejas a las autoridades (Director, Jueces, Defensor del Pueblo,...)
-facilitar que puedas votar en las elecciones, salvo que te hayan quitado este derecho en la condena.

El preso:

-puede presentar quejas y peticiones acerca del tratamiento, del régimen o de las actividades penitenciarias,
-no está obligado a aceptar el "tratamiento" que se le proponga. El "tratamiento" puede serte favorable, pero siempre es voluntario y no pueden sancionarte si lo rechazas,
-tiene que conocer sus deberes y sus derechos, por lo que la Administración Penitenciaria está obligada a facilitarte una cartilla con tus derechos.

Entrada en la cárcel

Al entrar se realizan los trámites: identificación, inscripción en

FONDO MOC

el libro de ingresos y apertura de un expediente personal. Siempre tienes derecho a que se te informe sobre ese expediente (sobre tu proceso y tu situación penitenciaria).

El Período consiste en las primeras 24 horas que pasas dentro: te cachean, te quitan los objetos que puedas llevar y que te devolverán al salir, te llevan a una celda del departamento de ingresos y debes ser visitado po un médico, el asistente social y el equipo de observación y/o tratamiento.

En caso de Incomunicación, ésta debe constar en la orden del juez y debes ser visitado por el médico diariamente. Cuando se te levante la incomunicación deberá verte el médico para valorar tu estado de salud y los miembros del equipo de observación y/o tratamiento.

El Juez de Vigilancia

Su misión es hacer cumplir la pena impuesta e intervenir decidiendo sobre cuestiones relativas a la vida dentro y a los rerechos de los presos. Debe realizar visitas semanales para:
-evaluar las condiciones de vida de la cárcel y ver si se ajustan a la legalidad,
-entrevistarse con los internos y establecer contactos.

Cuando estás en prisión preventiva no interviene el Juez de Vigilancia sinó el Juzgado correspondiente.

Tiene capacidad de intervención para resolver sobre:
1.Recursos/ sanciones disciplinarias: En caso de sanción, si planteas recurso ante el Juez de Vigilancia, la sanción no se aplica hasta que el Juez decida (salvo si son faltas consideradas muy graves-Art.108 del Reglamento Penitenciario - y "las circunstancias no aconsejan la suspensión de la misma").
2.Recursos sobre clasificaciones iniciales y sobre progresión/regresión de grado: Si no estás de acuerdo con la clasificación o progresión/regresión de grado que te ha dado la Junta de Régimen, puedes recurrir ante el Juez de V. En este caso el Juez decide en base a los informes de los equipos de observación y/o tratamiento de la prisión y aquellas pruebas que aportes.
3.Peticiones y quejas en relación al régimen de vida (derechos y beneficios penitenciarios): El Juez de V. es el encargado de decidir sobre las quejas que se hayan planteado, relativas a los derechos de los presos. Las decisiones que toma el juez son de obligado cumplimiento para la Administración Penitenciaria.
4.Propuestas y revocaciones de libertad condicional: Es él quien decide sobre la concesión o no, a partir de los informes de la Junta de Rég.
5. Beneficios penitenciarios (acortar penas): El juez decide a partir

FONDOMOC

de los informes de la Junta de Régnimen (hoja meritoria).
6. Sanciones de aislamiento en celdas, de más de 14 días: Las sanciones de aislamiento de menos de 14 días las toma la Junata de Rég. Entonces, como ya hemos explicado, si el preso recurre se suspende la efectividad de la sanción hasta que el juez decida (salvo en casos muy graves). Sólo el Juez de V. puede aprovar sanciones de aislamiento de más de 14 d.
7. Permisos de salida(condenados): Los permisos de salida ordinarios para presos condenados, los aprueva el Juez de V. En este caso, la Junta de Régimen solo informa al juez.
8. En caso de estar calificado como "peligroso" o "inadaptado" o sancionado por faltas"muy graves", la Junta de Régimen puede pasarte a régimen cerrado o departamentos especiales (art. 10 de la L.O.G.P.).
9. Acumulación y refundición de condenas: Tiene competencia para refundir las diversas condenas y, de prosperar, poder limitar su duración total al triple del tiempo de la más grave, que no podrá nunca exceder de 30 años (art. 70 del Código Penal).

Comunicaciones

FONDOMOC

Todos los presos tienen derecho a comunicarse de forma oral o escrita, en su propia lengua con familiares, amigos, representantes de organismos, así como el abogado y otros profesionales. Solo los presos incomunicados están excluidos de este derecho. En caso de régimen cerrado o celdas de aislamiento las comunicaciones están limitadísimas. En todo caso, en las comunicaciones debe respetarse la intimidad, lo que excluye la censura.

Visitas

-Tienes derecho a un mínimo de 2 comunicaciones semanales. Si estás en el tercer grado, todas las que sean compatibles con el horario de trabaj
-la duración mínima es de 20 minutos.Los no familiares (amigos) deben tener una autorización del director.
-El control por parte de los funcionarios solo puede ser visual, no pueden escuchar la conversación.
-Solo se pueden intervenir o suspender por "razones de seguridad, de interés para el tratamiento y para el buen orden del establecimiento".
-La suspensión puede ser ordenada por el Jefe de Servicios, ratificada por el Director e informado el Juez de Vigilancia si se sospecha de que se prepara un acto delictivo o por "comportamiento incorrecto de los comunicantes".
-Si estás sancionado en celda de aislamiento solo te puedes comunicar

de 5 a 10 minutos a la semana.

Cartas

-No hay limitación ni para escribirlas ni para recibirlas.
-La correspondencia no puede ser requisada ni censurada, en todo caso deben abrirla en tu presencia.
-Solo se puede intervenir la correspondencia por "razones de seguridad, por interés del tratamiento y del buen orden del establecimiento". En el caso de correspondencia entre presos, según el Reglamento Penitenciario el Director puede intervenir las cartas, pero existen leyes de mayor rango que garantizan el secreto de correspondencia. En caso de intervención, pues, se puede recurrir ante el Juez de Vigilancia.
-Las cartas entre preso y abogado no se pueden limitar más que por el juez o en caso de "terrorismo".

El teléfono

Las comunicaciones por teléfono están muy limitadas, solo en caso de urgencia o para comunicar con familiares y abogado que están lejos y no pueden desplazarse para verte. No puedes hablar más de 5 minutos, está presente un funcionario y el coste corre a tu cuenta.

FONDO MOC

Comunicación Vis a Vis

- Puede ser con familiares o persona allegada, tanto si es del mismo o de distinto sexo.
-Tienes derecho a una comunicación vis a vis al mes con una duración mínima de una hora y máxima de tres.
-Si estás en régimen cerrado no tienes derecho al vis a vis.
-En caso de que te hagan desnudar al ir o salir del vis a vis, deben explicarte las razones. Si no lo hacen puedes denunciarlo al Juez de Vigilancia e incluso pedir una indemnización.

Otras comunicaciones

-La comunicación con el abogado se hace en lugar reservado para asegurar la confidencialidad,el control del funcionario es solo visual.
-Solo pueden limitarte la comunicación con el abogado por orden del juez o en caso de "terrorismo".
-Las visitas de médicos, curas o ministros de otras religiones y otros profesionales se hacen acompañados de personal de la prisión (salvo que exijan obligado secreto profesional).

Paquetes

-Puedes recibir dos paquetes al mes.
-Si estás en régimen cerrado solo puedes recibir uno, aunque por razones de seguridad pueden privarte de este derecho.
-No están autorizados los artículos que contengan alcohol, los que tienen que ser cocinados para el consumo, las comidas cocinadas y las que, al ser controladas por el funcionario, se puedan deteriorar.
-Si no admiten algún paquete lo tienen que devolver a quien lo mandaba.
-Los días y horas de entrega de paquetes los fija la Junta de Régimen. El funcionario encargado debe repartir los paquetes a los presos. bajo recibo.

Tratamiento y clasificaciones

Por "tratamiento" se entiende el conjunto de actividades de tipo laboral cultural, deportivo... y de régimen de vida que, según la ley pretenden conseguir la "reeducación y reinserción social de los penados". Sin embargo, para el preso, el tratamiento es el cambio de mayor a menor rigor según su conducta y aceptación de la cárcel.
-El tratamiento se aplica a los presos que ya tienen fija la condena.
-Desde que la sentencia llega a la cárcel, los equipos de la prisión tienen dos meses para hacer una "propuesta razonada de tratamiento", grado para el que te proponen y destino de cumplimiento.
-Los equipos de observación y tratamiento están formados por=:un psicólogo, un jurista-criminólogo y una asistente social, además de un pasiquiatra en algunas ocasiones (uno o varios educadores pueden colaborar con el equipo).
-Para los presos preventivos, este equipo tiene la función de observación e información, para adelantar datos de cara al posible paso de preventivo a penado.
-Para los penados, el equipo recoge datos y propone tratamiento y clasificación.
-Los equipos de observación y tratamiento tienen otras funciones como:

.Informar a la Junta de Régimen de permisos de salida, traslados, régimen cerrado, progresión y regresión de grado...
.Facilitar ayuda a los presos y a sus familias a través de los asistentes sociales.
.Informar a los presos de instancias, solicitudes, recursos,...

Clasificación por grados

1-Primer grado, que se cumple en prisiones de régim cerrado o departamentos especiales, para los presos clasificados como de peligrosidad extrema o de inadaptación

FONDO MDC

2.Segundo grado, que se cumple en prisiones de régimen ordinario.
3.Tercer grado, que se cumple en secciones de régimen abierto.

En general los penados son clasificados en segundo grado. Solo en circunstancias muy especiales te clasifican desde el principio en tercer grado.

Sanciones y Régimen disciplinario

Clasificación de las faltas

Las sanciones varían según el tipo de falta. Estas pueden ser: leves, graves y muy graves.

Muchas veces no se puede saber si un hecho está considerado falta grave o muy grave. Por ejemplo, en caso de desobediencia a las órdenes de funcionarios. Si la Junta considera que la desobediencia no "altera la vida regimental y la ordenada convivencia" será falta leve; pero si considera que la desobediencia es "activa y grave", entonces será una falta grave.

Las sanciones

FONDOMOC

Las únicas sanciones que se pueden aplicar son las recogidas en el art. 42 de la Ley Penitenciaria, es decir:
-aislamiento en celda, no mayor de 14 días,
-aislamiento de hasta siete fines de semana,
-privación de permisos de salida por un tiempo no superior a dos meses,
-privación de paseos y actos recreativos comunes, hasta un més máximo,
-amonestación.

La sanción más grave es el aislamiento en celdas. Según el reglamento sólo pueden aplicar esta sanción:
-como una excepción: en casos de violencia o que "se altere la normalidad repetidas veces",
-en una celda igual a las otras.No son legales las celdas de castigo,
-con la vigilancia médica adecuada. El médico debe verte y hacer un informe antes de ir al aislamiento y luego TODOS LOS DÍAS, mientras permanezcas aislado. Si hay enfermedad o por maternidad-lactancia, queda la sanción en suspenso hasta que te den el alta.

La sanción de aislamiento supone:
-una hora de paseo al día y solo,
-la comunicación con la familia solo podrá ser de 5-10 minutos/semana,
-no puedes recibir paquetes ni comprar en el economato (salvo los productos de higiene y los que te mande el médico),
-puedes recurrir ante el Juez de Vigilancia y el recurso tiene carácter urgente,
-en cualquier caso sin aprovación del juez no puede durar más de 14 días.

Faltas repetidas

En caso de repetición de faltas, la Junta puede aumentarte la sanción en la mitad. Por ejemplo, dos faltas sancionadas con dos fines de semana de aislamiento, darían lugar a una de tres. En todo caso es necesario en el momento de cometer la nueva falta, la existencia de sanción firme y no cancelada por una falta grave o muy grave anterior.

Hay algunos casos en que DOS infracciones suponen solo UNA sanción:
-En el caso que un mismo hecho constituya dos o más faltas. Por ejemplo si se hace una reclamación sin dirigirla al funcionario correspondiente y a la vez en tono insultante,
-si una falta ha sido medio para cometer otra. Por ejemplo si para evadirse se inutiliza una puerta o un dispositivo de seguridad.

Si tienes varias sanciones, según la ley tienes que cumplirlas simultaneamente si es posible, y si no, sucesivamente. Se empieza en este caso por la más grave, no pudiendo superar el tiempo de aislamiento total el triple de la sanción más grave y NUNCA PUEDE SER MAYOR DE 42 DIAS DE AISLAMIENTO.

Cambios en la sanción

FONDOMOC

La Junta de Régimen es la que impone la sanción. El Equipo de Observación y Tratamiento puede hacer una propuesta para que se reduzca.

Si se aprecia error al sancionar, debe revisarse el expediente y eventualmente levantar la sanción.

Consecuencias de las sanciones

Las sanciones se mantienen en el expediente durante un tiempo y se borran del mismo cuando:
-hayan pasado 6 meses, en caso de falta muy grave,
-hayan pasado 3 meses, en caso de falta grave,
-haya pasado un mes, si es leve.

Esto en el caso de que en este tiempo no hayas tenido otras sanciones. Si hay otras, el plazo para la prescripción es el de la más grave, pero empezando a contar desde la última sanción.

Por esta razón las sanciones pueden tener muchas consecuencias en relación a permisos de salida, reducción de condena, concesión de la libertad condicional, o ser elegido representante, ya que las "manchas en el expediente" serán un impedimento para cualquiera de estas posibilidades. La mayoría de los beneficios penitenciarios solo se conceden si se tienen las faltas canceladas. Una vez canceladas es como si el preso no las hubiera cometido.

18

¿Qué proceso sigue la sanción?

Desde que te hacen un parte hasta que la Junta acuerda la sanción...

1."Incoación":

Al producirse la denuncia, para esclarecer los hechos, el Director puede acordar la apertura de una información previa, antes de la incoación del expediente. Si es un preso el que ha denunciado una situación, el Director no solo puede, sinó que debe iniciar esta investigación previa.

2. El pliego de cargos:

A partir de la incoación del expediente debe llegarse a un pliego de cargos, que es un escrito en el que tiene que constar:

-cómo se inició el expediente,
-relación de hechos concretos que se imputan,
-calificación de los hechos, indicando el apartado del Reglamento Penitenciario que se ha infringido,
-que se tienen 72 horas desde la notificación para presentar alegaciones o pruebas (verbales o escritas),
-que puedes asesorarte durante la tramitación del expediente (abogado particular o de oficio en el caso de algunas prisiones)
-fecha y firma del Director o su delegado.

3.Práctica de pruebas:

Tienes derecho a acceder a todo el material que conste en el expediente. El lugar, fecha y hora en que se practiquen todas las pruebas tienen que notificártelo con la suficiente antelación. Puedes presentar alegaciones en tu lengua. Puedes solicitar la presencia del abogado que te asista en la práctica de las pruebas. Es muy importante que pidas pruebas, pues luego no podrás hacerlo.

4.La sanción y el recurso:

La sanción te la notifican por escrito, y en el papel debe constar:

-lugar y fecha,
-órgano que adopta el acuerdo,
-nº de expediente disciplinario y si te han denegado alguna prueba debe constar las razones por las que no se ha permitido se practicara,
-descripción detallada delos hechos que te imputan. No basta con el artículo del reglamento, debe constar por una parte los hechos y por otra el artículo al que corresponden,
-qué sanción te imponen,
-si el acuerdo se ha tomado por mayoría o por unanimidad,
-firma del secretario de la Junta y visto bueno del Director.

La notificación de la sanción te la tienen que hacer el mismo día que la deciden o al día siguiente, mediante una copia literal del acuerdo. El papel tiene que contener también el aviso de que puedes recurrir al Juez de Vigilancia. El recurso lo puedes hacer oralmente, en ese mismo momento o por escrito, en el plazo de tres días. Mejor hacerlo por escrito, por duplicado, pedir que te sellen la copia y si "serias razones no lo aconsejan", el recurso paraliza la sanción hasta que el juez decida. Si te revocan total o parcialmente la sanción y la has cumplido, puedes exigir indemnización, en el plazo de un año, al Ministerio de Justicia, por los perjuicios sufridos.

FONDO DOCUMENTAL

El artículo 10

La aplicación del artículo 10 puede hacerse en los departamentos especiales de las prisiones de régimen ordinario o en prisiones de régimen cerrado. Su aplicación supone:
-Un régimen de vida más duro, que limita las actividades en común,
-la recepción de paquetes se limita a 1 al mes,
-aumenta el grado de control, requisas, horario rígido, etc...
-En la práctica, muchas veces se suprimen las actividades en común (se dan casos de celdas de aislamiento durante 22 horas al día). Si esto pasa es ilegal, denunciable aunque con escasa posibilidad de éxito.
-El artículo 10 encubre formas de castigo aún más duras que el aislamiento, ya que no tiene duración máxima y solo se regula la revisión cada tres meses, pero no la terminación.

Los motivos para aplicar el artículo 10 por parte de la Junta de Régimen son fundamentalmente: la pertenencia a organizaciones delictivas, organización de motines, negativas al cumplimiento de sanciones, y el número y cuantía de condenas y penas graves en el período inicial de cumplimiento.

La aplicación la decide la Junta de Régimen, los presos preventivos también se les puede aplicar, generalmente en departamentos especiales.

FONDO MOC

Recursos, quejas, reclamaciones y denuncias

Si crees que no te reconocen alguno de los derechos que consideras que tienes (cualquiera de ellos: beneficios por el trabajo, permisos de salida, visitas, clasificaciones, funcionamiento de la prisión, condiciones higiénicas,...) lo más seguro es dirigirse inmediatamente al Juez de Vigilancia, en caso que él no lo pueda resolver o no sea de su competencia, tiene la obligación de contestarte indicándote a quién tienes que dirigir tu reclamación.

Aunque algunas reclamaciones pueden hacerse verbalmente es conveniente que TODAS se hagan POR ESCRITO. Al menos un original y una copia para que la selle el funcionario y tengas prueba de ello. Si no te quieren sellar la copia puedes dirigirte al Juez de Vigilancia.

Basta con que en el escrito haya el nombre, apellidos, y si quieres, el D.N.I. con lo que solicitas, o el motivo de queja.

Participación

Según el Reglamento Penitenciario, la participación de los presos se canaliza a través de las siguientes comisiones:

-de actividades educativas, culturales y religiosas,
-de actividades recreativas y deportivas,
-de actividades laborales,
-de servicios alimenticios y confección de comidas.

Cada una de estas comisiones debe estar formada, al menos por tres presos y se renueva cada seis meses. A las reuniones de la comisión acude el educador o funcionario que corresponda y las comisiones únicamente pueden proponer actividades.

La participación se limita por normas tan restrictivas como la prohibición de ser elegido a quien lo haya sido el año anterior, o a quién tenga antecedentes disciplinarios sin cancelar. En prisiones que tienen pequeños departamentos de mujeres, éstas tampoco suelen poder participar.

Sin embargo, es fundamental la presencia activa de los presos en la cárcel, como única posibilidad de tener incidencia real en las condiciones de vida y estimular un proceso en que las denuncias y las quejas no sean solo individuales, sino que formen parte de una respuesta colectiva a las degradantes condiciones de estancia en prisión.

FONDOMOC

Petición de indulto

-Consiste en la supresión de la condena, luego la condena debe ser firme, los presos preventivos no pueden pedirlo.
-El indulto lo otorga el Consejo de Ministros y en la práctica la tramitación es muy larga y con pocas garantías.
-El indulto puede ser parcial (de tantos días) o total (lo que le falta)
-Lo puede pedir el propio interesado, la familia o cualquier otra persona en su nombre. También el propio tribunal, el fiscal, el gobierno o el Juez de Vigilancia a instancias de la Junta de Régimen.

Reducción de condena

Hay diversas maneras de conseguir reducción de días de condena:
-Ordinaria: un día menos de condena por cada dos de trabajo.
-Por esfuerzo o riesgos extraordinarios voluntarios se puede reducir en un máximo de setenta y cinco días por año.
-Por laboriosidad, disciplina, rendimiento. Estas circunstancias pueden valorarse para reducir la condena con el límite de uno por cada día de trabajo, siendo el máximo de ciento .setenta y cinco días por año, compatibles con los anteriores.

Se pierde el beneficio de reducción en caso de intento de fuga o por acumular faltas graves o muy graves.

Permisos de salida

Los hay de tres tipos:

1.Permisos ordinarios.De fin de semana.

Para los penados clasificados en TERCER GRADO se conceden de forma general.

2.Permisos extraordinarios.

En caso de circunstancias graves o extraordinarias, como fallecimiento o enfermedad grave de personas cercanas, nacimiento de un hijo, (en cualquier caso no se trata de una lista cerrada de motivos)

3.Permisos especiales.

Los criterios para conceder permisos especiales son:

-que estés clasificado en segundo o tercer grado, por lo tanto no se conceden si estás en el primer grado o como preventivo.

-Que hayas cúmplido la cuarta parte de todas las penas que tengas, y

-que la Junta de Régimen opine que no tienes mala conducta y que salir repercutirá favorablemente "para la preparación de la vida en libertad"

Son de un mínimo de 24 horas y un máximo de 7 días. Como máximo en un año son 36 días si estás en SEGUNDO GRADO y 48 días si estás en TERCER GRADO. Estos topes se subdividen en semestres, por la mitad del tiempo respectivo. Si aprovechas un permiso para fugarte no te concederán nuevos permisos (salvo los extraordinarios) en un período de dos años o incluso tres si "el delito es grave o repite evasión en un nuevo permiso". Hay que solicitarlo a la Junta de Régimen.

FONDO MOC

Libertad Condicional

Los requisitos para conseguirla son:

-que la pena sea mayor de un año,

-que se hayan cumplido las tres cuartas partes de la condena o que el preso sea mayor de setenta años, o se trate de enfermos muy graves con padecimientos incurables,

-que no se tengan otros procesos pendientes,

-estar clasificado en el tercer grado.

La libertad condicional la concede Instituciones Penitenciarias, con participación del Juez de Vigilancia y del Tribunal que te sentenció.

ALGUNOS CONCEPTOS SOBRE LA PRISIÓN

Básicamente, el sistema ha creado la prisión por dos cosas:

a) Como minimo, ha de servir para aislar y "almacenar" a aquellas personas que rompan las normas, como demostración de la prepotencia del control social, y el alto precio que debe pagarse por luchar en su contra.

b) Pero además, ha de intentar destruir al preso/a, no sólo físicamente, sino también moralmente; romper sus vínculos emocionales y ejercer un completo control sobre los ámbitos de su vida penitenciaria para lograr despersonalizarlo y recuperarlo como ser sumiso y útil al sistema.

En este sentido, la prisión no difiere sustancialmente de otras instituciones: escuela, familia, ejército, fábrica...; tan sólo que intenta destruirnos e integrarnos a partir de una correlación de fuerzas que, en principio, les es más favorable, ya que dentro de la prisión, más que en cualquier otro lugar, estamos en sus manos.

La cárcel es una estructura que procura el máximo control de la persona. Por ello, cualquier cambio en este control ha de ser efectivo a la hora de una variación en la correlación de fuerzas entre presos/as y carceleros/as mediante la lucha. Por parte de los presos/as, el nivel de fuerza dependerá del número de personas en lucha, de las formas de acción que se adopten, y sobre todo, del apoyo externo. La denuncia desde el exterior de lo que pasa dentro, así como la movilización solidaria tienen tanta importancia en la lucha, que una acción muy radical dentro (huelga de hambre, por ejemplo) puede resultar más inofensiva que otra más suave (una denuncia por una paliza recibida) si no se cuenta con apoyo popular. Un terrible ejemplo de esto lo tenemos en la muerte (mejor dicho, asesinato) del preso del GRAPO Crespo Galinde, tras 84 días de huelga de hambre, por culpa precisamente de que la gente de fuera apenas se movilizó a su favor.

FONDO MOC

LOS OBJETIVOS DE LA LUCHA DE LOS PRESOS

El objetivo principal es ganar la libertad, mejor aún si se logra aquello por lo que se lucha y que había motivado el encarcelamiento. Sin embargo, es claro que, pese a todo, la mayor parte de los presos/as ni se plean tal cosa, ya que los actos que les llevaron a la cárcel se consideran como delitos, lo que impide el apoyo popular que podría forzar su liberación. Recordemos, si no, las dificultades que hubo para introducir a los presos sociales en la reivindicación de amnistía total en la transición. Diferente es la situación de los presos políticos, que luchan por unos ideales que un sector más o menos amplio de la sociedad también comparte. En este caso, su libertad depende, en el fondo, de la correlación de fuerzas que se establece entre el Estado y el bloque social que representan. Este es también el caso de los objetores. Por eso, forzar la liberación de los insumisos presos mediante una combinación de movilización en la calle y lucha dentro de la cárcel resulta factible, como ya se ha demostrado en luchas pasadas en torno a los casos de Cesc Alexandri y Miquel Rodríguez.

Otro objetivo de la lucha consiste en mejorar las condiciones de subsistencia física en la prisión. Meta más modesta que la anterior, pero a corto plazo, más real y vital. Porque, mientras se está en la cárcel, es preciso luchar por vivir de la mejor manera posible.

Comoquiera que la sanidad, higiene, buena alimentación, etc, siguen siendo utopías en el sistema penitenciario (apuntando a la misma función de la propia prisión: castigar), reivindicar que haya médico las 24 horas del día, poder ducharse cuando plazca, comer comida y no porquería, o que haya calefacción, son objetivos igualmente importantes.

Nos hemos de referir también a la subsistencia psíquica en la cárcel, que exige disminuir tanto como se pueda el control y represión de los funcionarios, y, a la inversa, aumentar al máximo los espacios de autonomía y comunicación interna y externa. No es posible desgranar una por una todas las posibles agresiones contra la libertad personal y la comunicación. Toda la cárcel es la agresión contra eso. Pensemos sólo en los recuentos diarios, en la censura de los paquetes y correo, la escucha de las entrevistas, el escaso tiempo de voida comunitaria, la presencia de cámaras de video en las galerías o celdas, la brevedad de la comunicación con gente de fuera, la censura de libros y revistas, el régimen militar, el uniforme, la imposibilidad de cocinar y comer en las celdas, de tener objetos personales, etc. Es evidentemente fundamental la lucha por lograr avances en estos derechos, no sólo por supervivencia, sino para plantear más adelante luchas de mayor envergadura.

Finalmente, cabe luchar simplemente para mantener la identidad y enlazar con la resistencia contra el sistema iniciada en el exterior.

FONDO MOC

LAS FORMAS DE LUCHA

Varían en función de la correlación de fuerzas. No se puede hacer lo mismo estando sólo que siendo unos cuantos; si hay apoyo desde fuera o si se está aislado; si se parte de una dinámica reivindicativa anterior y de victorias acumuladas, o si se parte de cero... o de derrotas. Además, el grado de fuerza de la acción ha de ir en consonancia con la dificultad previsible de la obtención de la reivindicación. Es importante también prever nuevas acciones por si la iniciada llega a punto muerto.

A continuación señalaremos unas cuantas formas de acción, todas ellas ya practicadas. Esta información sólo puede valer como idea aprtoximada de las posibilidades de lucha, estimulando la imaginación, aunque probablemente no sea necesario pues, como se ha probado en las acciones que enseguida explicaremos, el mero hecho de tener 24 horas para jamarse el coco ya estimula bastante la imaginación. De hecho, constituye una de las grandes armas que le quedan al preso, y es una lección impresionante cómo, pese a todo, en las situaciones más hostiles, la persona puede hallar una vía para mantenerse vivo y no perder su dignidad.

A) Acciones de no-cooperación y de desobediencia

1.- Huelga de servicios: negarse a trabajar la cocina, etc.

2.- Huelga de uniforme: negarse a vestir el uniforme. Los presos del IRA protagonizaron una lucha durísima en el año 80, cuando antes que vestir el uniforme preferían estar desnudos desafiando el frío glaciar y las ordenanzas de la cárcel. Objetores como Gerino García, encarcelado hace años en La Seo d'Urgel, o actualmente J.M. Fierro también se han negado y consiguieron, después de algunas sanciones, que tuvieran que hacer la vista gorda.

3.- Insubordinación a la hora de comer: Negarse a entrar en el comedor, o sentarse a la mesa en silencio y sin comer.

4.- Huelga de cadenas: negarse a ser encadenado.

5.- Sentadas en el patio y negativas a entrar en las celdas, como hicieron este mes de Noviembre los presos vascos y catalanes en Alcalá-Meco y Carabanchel.

6.- "Serenatas" de barrotes.

b) Acciones de sabotaje

1.- "Guerra bacteriológica". Practicada por Autónomos Italianos presos a finales de los 70 y principios de los 80. Consistía en tirar todos los días a la galería el "caldo" -comida según la denominación oficial- que les daban, junto con los piojos, la mierda...; todo lo cual implicaba el peligro de desatar epidemias que afectasen tanto a presos como guncionarios.

2.- "Operación Niagra". También de los autónomos Italianos. Se trataba de inundar la prisión atascando todos los wateres y cañerías, y desatascándolos de vez een cuando.

3.- El motín. Esta es una de las formas más propias de lucha en lña prisión. Acción de masas que igualmente puede ser una acto desenfrenado de pura revuelta y desesperación, como una acción perfectamente montada, con piquetes, con llevando una función, y que pretende lograr unas reivindicaciones concretas. En 1974, en Carabanchel, se organizó un motín para denunciar a los chivatos y a los funcionarios especialmente represivos, y se consiguió que éstos fuesen trasladados. En el 76, la COPEL impulsó motines encadenados en todas las prisiones, iniciando una prisión cuando acababa en otra, sin apagar la lucha hasta muchos meses después. En Julio del 76, un motín en la Modelo, organizado con piquetes, fozó que abogados, diputados y senadores mediaran para conseguir algunas reivindicaciones.

FONDO MOC

c) Las autolesiones

A veces, las autolesiones constituyen el único medio para lograr algo, o al menos, para evitar males mayores. Se puede pensar en presos -o gente que hace la mili- que se corta un dedo o las venas, o que se golpean la cabeza contra la pared para evitar una paliuza más grande por parte de funcionarios o para poder pasar una temporada en comisaría.

Por añadidura, podemos considerar también como autolesiones, y como formas de lucha, estas otras:

1.- La huelga de comunicación externa. Usada hoy día por presos vascos, es la renuncia a las escasas posibilidades de comunicación con familiares y amigos para llamar la atención sobre la realidad penitenciaria.

2.- La huelga de higiene: se trata de no ducharse, de mear y cagar por la celda. Los presos del IRA suelen practicar esta forma de lucha tras iniciar una huelga de uniforme. También Klaus Kichman, un autónomo alemán en el año 80 la llevó a cabo para protestar contra su aislamiento y el trabajo obligatorio al que era sometido.

3.- La huelga de hambre. Hemo de considerarla una autolesión más. Hacer unos días de ayuno es muy sano; hacer huelga de hambre ya no tanto. Hay distintas maneras de planteársela. Puede anunciarse su duración o no; y si no se anuncia, uno interiormente puede fijarse

un límite o a muerte. Huelga decir que la más arriesgada, pero también la más efectiva, es la indefinida. Otra posibilidad es hacerla colectivamente y encadenarla, o sea, comenzarla un grupo, y cuando éste lleva días, unirse otro, y así suvcesivamente.

En el terreno de la objeción, la huewlga de hambre ha logrado numerosos éxitos. La primera Ley de Objeción del Estado Francés fue conseguida con una huelga de hambre indefinida del veterano pacifista Jean Lecoin, que duró más de 60 días. En la lucha de los insumisos franceses, entre los años 74 y 77, decenas de presos protagonizaron huelgas de hambre de una a cuatro semanas de duración: el tiempo que tardaban en dejarles salir declarándoles "no preparados psicológicamente" para hacer la mili. Finalmente, recordar las huelgas de hambre de Cesc Alexandri y Miquel Rodríguez.

Por descontado, entre todas estas formas de lucha habrá unas que se amolden mejor o peor a la correlación de fuerzas entre nuestro movimiento y el gobierno, así como al espíritu de los objetores que puedan ser encarcelados. En todo caso, puede ser útil una discusión dentro del movimiento sobre cuál puede ser la estrategia de resistencia en las cárceles a partir de algunas hipótesis (insumisos presos en 7 u 8 prisiones militares, al mismo tiempo y en número considerable -más de 5 en cada lugar-; o presos en 4 ó 5 prisiones militares, entrando en momentos arbitrarios, muy selectivamente; insumisos sólos en alguna cárcel, 2 ó 3 en otra, etc)

LAS RESPUESTAS DE LA DIRECCIÓN PENITENCIARIA ANTE LA LUCHA

Comentaremos 5 clase de respuesta:

a) La provocación: El plato encima de la mesa durante la huelga de hambre, la presentación diaria del documento cuya firma te permitá los insultos de los funcionarios para que respondas y puedan castigarte...

b) La represión física y el castigo: puñetazos, palizas, celdas de castigo, prohibición de patio, o sólo dejarte salir sólo, incomunicación con el exterior, recargo de días de prisión...

c) La mentira: "Estás sólo, los otros compañeros han dejado la huelga". "La calle está tranquila, nadie se ha movido". "No se ha recibido carta para tí"

c) El chantaje: "Por no vestir el uniforme, estarás incomunicado" "Si no te dejas encadenar, no sales al patio", etc.

e) La separación de los presos con os traslados. La Dirección siempre busca golpear la lucha y romper la unidad del colectivo.

LA COMUNICACIÓN

En las prisiones, la comunicación es, más que en ningún otro lugar, la base de la resistencia. Comunicación al exterior e interna. La incomunicación, en cambio comporta el dominio absoluto de la Institución sobre el preso.

La Dirección de la Prisión intentará las mil y una para romper esta comunicación, para impedir la unidad de los presos. Sus medios pueden ir desde traslados, chivatos, o introducción de drogas, hasta hacer circular calumnias de compañeros o buscar el chantaje a los compañeros más débiles. Por eso, una de unas primeras luchas en la prisión reside en establecer esta comunicación, tanto interna

LONDOMOS

como externa, requisito de cualquier lucha posterior. Para conseguirlo, la imaginación juega de nuevo un papel capital, en la búsqueda de nuevas formas de relación que pasen desapercibidas ante los funcionarios

Aunque parezca imposible, la asambloea puede mantenerse como pieza básico organizativa en la prisión. Por descontado que allí no podrá ser nada parecido a las reuniones abiertas y tranquilas a que estamos acostumbrados. Nos referimos más bien a asambleas camufladas tras una partida de chinos en el patio, un paseo, el frontón, el torneo de ajedrez... La COPEL consiguió funcionar como organización asamblearia durante un tiempo.

Otra unidad organizativa fundamental es la comuna, grupo de presos que procuran hacer máxima vida comunitaria y mantener la formación y el debate político.

Destacaremos finalmente, la relevancia de la tradición oral, trasmisora de luchas y experiencias, sobre todo por parte de los veteranos. Un movimiento en las cárceles no sólo puede ser atacado con traslados continuos, sino a veces el mismo mal puede ser causado por "estabilidad de plantillas". Pensemos que el motín del 76 en la Modelo se montó gracias a los presos que habían sido trasladados desde Carabanchel.

alfabet Morse

A.–	M––	Y–.––
B–...	N–.	Z––..
C–.–.	O–––	1.––––
D–..	P.––.	2..–––
E.	Q––.–	3...––
F..–.	R.–.	4....–
G––.	S...	5.....
H....	T–	6–....
I..	U..–	7––...
J.–––	V...–	8–––..
K–.–	W.––	9––––.
L.–..	X–..–	0–––––

punt .–.–.–
coma ––..––
dos punts –––...
punt i coma –.–.–.
parèntesi –.––.–
interrogació ..––..
apòstrof .––––.
ratlla de fracció –..–.
fi de missatge .–.–.
fi de transmissió ...–.–

Podría ser útil aprender Morse, de cara a romper situaciones de aislamiento en celdas individuales o para eludir el control de los funcionarios.

CONDOMOC

REIVINDICACIONES DE LA COPEL

1. Exigimos a la administración penitenciaria el cese de todo tipo de malos tratos, y el respeto íntegro a los derechos humanos, en la que España estampó su firma, y que hoy día no se cumplen.
2. Una profunda y justa reforma penitenciaria, y que las directrices de la misma sean redactadas conjuntamente por juristas, especializados en temas penales, entre decanos del Colegio de Abogados, que a la vez tengan los reconocidos conocimientos en terapéuticas penitenciarias y que sea oída o en su defecto, que sea escuchada una comisión de presos comunes.
3. El cese de la explotación en el trabajo, a que es objeto el preso común, y el salario sea retribuido, a igual trabajo igual salario, comprendiendo las pagas reglamentarias exigidas por la Ley, suprimiéndose a la vez ese exiguo beneficio que en conceptos de pagas se nos da.
4. Una alimentación más sana y nutritiva. El derecho a recibir alimentos del exterior, al igual que los políticos.
5. Que la asistencia médica sea efectuada por profesionales de la medicina, y no por veterinarios. Un reconocimiento trimestral por especialistas. Que los medicamentos sean actuales y no caducados como lo son en su mayoría los que existen en las dependencias médicas de los establecimientos penitenciarios.
6. Acceso real a la biblioteca de la prisión, desaparición de la actual censura, arcaica y degradante. Y el libre paso de cualquier lectura así como la prensa y revistas.
7. La abolición total y absoluta de las celdas de castigo, que con el paso del tiempo llega a atronar la mente de la persona recluida en ellas.
8. La libre comunicación con los familiares y demás amigos o allegados, así como la comunicación oral y escrita con el abogado defensor.
9. La reforma y climatización en lo posible de las celdas donde se habita. La implantación de los adecuados servicios y duchas con la más absoluta higiene que requiere el lugar donde se ha de permanecer durante bastante tiempo.
10. La adecuada instalación de utensilios deportivos, y el libre acceso a la práctica de cualquier deporte. La necesidad de abolir la censura televisiva, en telediarios y demás programas informativos, así como en el cine.

C.O.P.E.L.
(portavoz autorizado C.J.V.C.)
23 de febrero de 1977

CUESTIONARIO A GENTE QUE HA ESTADO EN LA CÁRCEL (CIVIL O MILITAR)

1.- ¿Cuánto tiempo has estado en presidio?

2.- ¿En qué cárcel?

3.- ¿Cuánta gente estabais en la celda?

4.- ¿Qué hacíais durante el día?

5.- ¿Había ratos de patio? ¿Qué hacíais entonces?

6.- ¿Cómo y cuándo te duchabas?

7.- ¿Cómo era el water?

8.- ¿Pasaste frío o calor?

9.- ¿Cómo era la relación con los compañeros en general?

10.- ¿Hiciste amistades?

11.- ¿Organizasteis o hicisteis alguna cosa colectiva?

12.- ¿Cómo era la relación con los funcionarios?

13.- ¿Cuándo pasaste más miedo?

14.- ¿Cuáles eran los momentos más relajados?

15.- ¿Qué cosas te agotaban más?

16.- ¿Qué cosas recuerdas ahora mismo como las peores?

17.- ¿Qué tal te encontraste de salud?

18.- ¿Qué tal era la comida?

19.- ¿Hiciste gimnasia o ejercicio físico? ¿con qué frecuencia?

20.- ¿Te masturbaste o tuviste relaciones sexuales? ¿con qué frecuencia?

21.- Explica tus sensaciones al recibir cartas.

22.- Explica tus sensaciones al recibir visitas.

23.- ¿Hiciste alguna clase de acción de protesta?

24.- ¿Cuál? ¿Durante cuánto tiempo? ¿Cómo respondieron las autoridades de la cárcel?

25.- ¿Te incomunicaron, castigaron o torturaron? Explica cómo respondiste en cada caso (tanto el cuerpo como el estado psíquico).

FONDOMOC

RESPUESTAS AL CUESTIONARIO DE GENTE QUE HA ESTADO PRESA

PRIMER PRESO

1.- 15 días, unas vacaciones.

2.- Cárcel Modelo de Barcelona.

3.- 5 personas.

4.- Había un Régimen bastante abierto. Eran pocas horas las que estabamos encerrados en las celdas, o bienm esábamos en las galería, pudiéndote desplazar de una a otra celda -nunca encerrado-, o en las horas de patio (2 por la mañana y dos por la tarde) salías. Yo creo que esa era una situación "privilegiada", porque nos daban mucha libertad de movimientos para establecer relación con la gente. Y esto puede que fuera así debido a que si no sería fácil que los presos se amotinasen a causa del gran hacinamiento.

5.- Sí, 2 por la mañana y dos por la tarde. Jugaba al frontón y paseaba con los compañeros, haciendo siempre el mismo recorrido. ¡Ah! ¡Y también tomaba el sol!

6.- Había unas duchas colectivas en cada galería, y cada cual podía hacer uso de ellas cuando le apetecía. ¿Y cómo? En porretas y con jabón.

7.- Muy pequeño. En cada celda había una taza chiquitita y una pila todavía más pequeña.

8.- Calor. Era a principios de Junio, y hacía buen tiempo.

9.- En el escaso tiempo que estuve, muy buena: todo era descubrimiento.

10.- Sí, pero a parte de las 2 ó 3 cartas que les mandé, no continuó más.

11.- Recuerdo que había un torneo de ajedrez, y sobre todo grandes fumadas de "chocolate"

12.- Ni me enteraba de que estaban ahí. Por la mañana y por la noche en el recuento de cdeldas, y poco más.

13.- Al entrar. Todos los presos hablaban de las galerías peores con historia realmente duras.

14.- Aparte de mi caso, que al saber que debía salir enseguida, estaba más tranquilo, lo cierto es que no había nada en que ocuparse.

15.- Realmente, nada.

16.- La relación entre dos presos del PCE (i) y otro que entró posteriormente y al cual le hacían el vacío totalmente por haber abandonado el partido. No tiene que ver con la institución represiva, pero es muy fuerte que te veas o te sientas marginado por compañeros al entrar en esa "casa".

17.- Bien. Tan sólo que mi sangre atraía a las chinches que había por allí, y me provocó unas ampollas tan grandes que me tuvieron que llevar a la enfermería y darme tratamiento.

18.- Incomestible, aunque algunas cosas me las tragaba.

FONDOMOC

19.- No.

20.- Yo no, pero los compañeros sí; y el tem,a sexual está siempre en la boca.

21.- Era conectar con el exterior. Te parecía que se abrían llaves o agujeros que te permitían ver, imaginar... Rompe mucho el aislamiento en que te puedes encontrar.

22.- En mi caso, supuso hacer de tranquilizados de la familia.

23.- No.

24.- -

25.- -

SEGUNDO PRESO

1.- Tres meses.

2.- Calabozo militar del cuartel de la Seo d´Urgel (Lérida)

3.- Yo.

4.- Pensar, escribir, leer.

5.- Una vez o dos por semana. Entonces me imaginaba que estaba en otro lugar.

6.- Cuando me dejaban: una vez a la semana.

7.- -

8.- Frío (era invierno)

9.- Un poco fugaz.

10.- No se podía

11.- No

12.- Fría.

13.- Cuando me incomunicaron.

14.- Los de la ducha.

15.- La falta de libertad y de relación con las personas.

16.- Todas.

17.- Jodido.

18.- ¿...eso era comer?

19.- Yo sólo en la habitación; cada día.

20.- No lo recuerdo.

21.- Inmensas sensaciones.

FONDOMOC

22.- ¡Imaginaos...!

23.- Alguna.

24.~~y~~ 25.- Me negé durante todo el tiempo a vestir la ropa militar, pese a que tal cosa suponía pasar frío. Estuve 3 semanas incomunicado como respuesta de la autoridades militares a la movilización del MOC por mi libertad. Mi respuesta fue siempre de fortaleza, y seguridad de que algun día ganaríamos si seguíamos caminando.

TERCER PRESO

1.- Dos temporadas de tres meses cada una. Septiembre, Octubre y Noviembre del 79; Junio, Julio y Agosto del 82.

2.- En la Modelo de Barcelona.

3.- En el tiempo de periodo, 9; después 4.

4.- Gimnasia, leer, escrbir y charlar.

5.- Dos horas. Gimnasia, estirar las piernas, y tomar un poco el sol.

6.- Dos veces por semana, por miedo a los hongos y otras infecciones.

7.- Normal, sin tapa.

8.- Mucho calor en el 82, y mucho frío en el 79.

9.- Buena. Con muchas precauciones.

10.- Digamos que sí, por ser afines a mis ideas.

11.- Discusiones sociales y políticas.

12.- No era buena. Ellos estaban distanciados.

13.- En la comisaría, con las torturas; y el día que entré en la cárcel.

14.- El silencio de la noche.

15.- La miseria y enfermedades existentes por la falta de higiene.

16.- El encierro en la celda.

17.- Con malestar físico y psíquico debido a la falta de libertad.

18.- La más asquerosa y peor hecha que he visto en mi vida. Y las frutas, todas podridas.

19.- A diario. Es importante estar en forma física para soportar la cárcel.

20.- No.

21.- Son los momentos más majos, la trasmisión de noticias de la calle.

22.- Te dejan muy abatido.

23.- Muchas. Cada día sobraban motivos para protestar.

24.- Una huelga de hambre de una semana de duración, que puso nervioso al propio director de la cárcel.

FONDO MOC

25.- Me castigaron trasladándome a la cuarta galería, de presos sociales, donde se hacinaban 400 presos en estado de masificación total, apartándome de los presos de conciencia de la 2ª galería. Tras 5 días, me devolvieron a la 2ª gracias a la presión de los compañeros presos políticos, y su insistencia ante la Dirección de la Cárcel Modelo de Barcelona.

CUARTO PRESO

1.- Cinco meses y cinco días.

2.- Castillo Militar de Figueras, y Cárcel Militar de Figueras.

3.- En el castillo, 13; y en la celda, 3.

4.- Jugar al futbol, preparar una propuesta de Ley (de Objeción), estudiar.

5.- Jugar y tomar el sol.

6, 7 y 8.- Después de 10 días en el Castillo, donde había que mear en un cubo, e ir a cagar con centinela, nos llevaron a la cárcel civil (se presentaron 40 instancias de protesta). Al cabo de 2 meses en el castillo construyeron un chalet con WC y agua caliente.

9.- Buena

10.- Todas las que pude.

11.- La biblioteca, el pasar cartas, los regalos culinarios.

12.- En el Castillo, dependía del oficial. En la cárcel civil, nos temian y respetaban.

13.- -

14.- -

15.- Esperar información. Esperar el día de la amnistía.

16.- -

17.- Bien.

18.- Pasable.

19.- -

20.- -

21.- El mejor momento.

22.- También.

23.- Protesta por las condiciones del Castillo, y una huelga de hambre de 3 días en solidaridad con la COPEL.

24, y 25.- Nos incomunicaron uno en cada celda, porque no sabían que otro castigo ponernos. Un elemento muy importante fue el apoyo exterior (manifestaciones, acciones, marchas), y la movida política del momento, 1977. También el hecho de que no nos atraparon, sino que nosotros forzamos la detención.

FONDO MOC

QUINTO PRESO

1.- Dos años y 15 meses en el Batallón Disciplinario de El Aiun (Sahara). Años 71, 72 y 73. No sé si ahora será muy diferente.

2.- Primera condena: 8 días en el Calabozo Militar del CIR de Bétera; cuatro meses en la cárcel de comunes de Valencia; unos días en Ocaña en viaje de tránsito, y 7 meses en la prisión política de Jaen.

Segunda condena: 5 días en el Calabozo Militar de Bonrepós; 4 meses en la cárcel de Valencia (comunes), varios días en la común de Cartagena, y 5 meses y medio en Galeras (la cárcel militar de Cartagena)

Después, 2 meses de cárcel en cárcel hasta el Sahara (10 días en la de comunes de Cartagena que era de máxima seguridad), una noche en Granada, varios días en Cádiz, 3 días en barco, varios días en la común de Las Palmas de Gran Canaria, y varios días en la Militar de San Francisco del Risco, de Las Palmas.

3.- En las cárceles civiles, casi siempre sólo. En Galeras, en brigada de 20 personas. En condiucciones, entre 3 y 8 por celda, y en el Sáhara, 20 personas.

4.- En la cárcel hay que "enrollarse" o buscarse un rollo, como allí se dice, para que el tiempo pase deprisa. Si se está en grupo, es fácil organizar cursillos, seminarios, actividades, etc. Si se está sólo es mucho más difícil. En Jaen, el tiempo pasaba volando: leer, escribir, deportes, música, cursos de todo tipo, etc. En las de comunes, leer escribir, trabajar, caminar (mucho), charlar con los amigos.

5.- En la cárcel, excepto si trabajas, estás todo el día en el patio, que es donde está el ambiente.

6.- En las de comunes, 2 veces a la semana, por turnos. En Galeras y Jaen cuando quería, en horas de patio. En el Sahara 1 vez a la semana, pero además íbamos al pueblo a los baños turcos.

7.- En la celda, de obra; en el patio, turcos. En el Sahara, letrina. En general, muy sucios.

8.- Soy poco friolero, y los 2 inviernos los pasé en Valencia, pero el frío es terrible. En el Sahara, calor.

9.- Con los políticos, muy buena. Con los comunes, distante, hasta que tenías confianza en alguno.

10.- En la cárcel, la amistad se vive intensamente. Los amigos te protegen y te ayudan a superar la agresividad del medio. Al cambiar tanto de cárcel, pude hacer muy buenos amigos, y también vivir periodos de intensa soledad.

11.- Con los comunes, clases de alfabetización, una coral... Con los políticos de todo: clases de inglés, partidos de futbol, música, seminarios de marxismo, etc.

12.- Fría y distante, excepto con alguno que era de más confianza.

13.- En bastantes ocasiones: en un motín, en Valencia; cuando llegaba a una cárcel nueva; una vez que un borracho quiso romperme la cabeza. En las conducciones, la Guardia Civil era amenazadora. En el Sahara, en muchas ocasiones el alcohol creaba mucho peligro.

FONDO MOC

14.- Cuando hacíamos alguna fiesta o celebración con los amigos. La verdad es que tambiémn pasé ratos muy buenos.

15.- De los 3 años y 3 meses, estuve más o menos unos 2 mese deprimido, sobre todo en la segunda condena. En varias ocasiones, cuando cambiaba de cárcel, hasta que me adaptaba.

Si estás bien de ánimo, la cárcel se aguanta bien. De la primera condena no guardo recuerdos de problemas. Al empezar la segunda condena tuve una depresión que me duró unos 15 días, y fue terrible. Todo me angustiaba: estar cerrado en la celda, la soledad, etc.

16.- La suciedad y la falta de amigos. Los cacheos eran muy humillantes.

17.- En general, bien. Los catarros eran frecuentes. Estar enfermo en la cárcel debe ser terriblemente deprimente.

18.- En Ocaña era basura. En el resto, con bastantes diferencias de una cárcel a otra. Tenía poca higiene, pero era abundante; era fácil engordar.

19.- Yoga, con bastante frecuencia; deporte en según qué cárceles; caminar muchos. Es muy importante el ejercicio físico. También trabajé en un taller de carpintería.

20.- En Galeras teníamos visitas vis a vis; en las demás, la masturbación solucionaba (mal) el problema. Es un tema de conversación frecuente.

21.- Era muy importante, y animaba mucho.

22.- Si son de gente que no está de acuerdo contigo, te hacen sufrir mucho. Pero si vienen a animarte, son muy eficaces.

23 y 24.- Cuando estuve con los políticos, no hubo ninguna acción colectiva. Me peleé con todos los curas de las cárceles, me negué a ir a misa (era obligatorio). En Jaen, el cura me negó la comunión; hice venir al obispo a la cárcel. En el Sahara me obligaban a barrer y fregar la compañía por no ir a misa. En Valencia fui portavoz del motín.

25.- El primer calñabozo era sin luz, y me incomunicaron porque decían que convencía a los soldados. Me amenazaron algunas veces, pero no llegaron a más. En todos los traslados, los 3 primeros días, o más, son de incomunicación y se hacen muy largos. La vida del patio es más entretenida. En el Sahara me castigaron una vez por dormirme a limpiar de arena un barracón. El mayor cabrón de todos fue, paradójicamente, el director del Parador de Turismo de El Aiun, que me denunció por entrar en la habitación de mi novia, que vino a pasar unos días allí. Los militares fueron más comprensivos, y sólo me dijeron que fuera discreto. A ella la echaron del parador, y nos fuimos a unas habitaciones que alquilaba la "Misión" de El Aiun, que se portaron amablemente.

FONDOMOC

- PREPARACION DE LA HUELGA DE HAMBRE -

Lo que presentamos a continuación es básicamente una adaptación de una parte de la "GUIA DEL AYUNO POLITICO"(1). Adaptación en este caso significa que se han suprimido algunos fragmentos, (innecesarios, de contenido religioso, de orientación erronea), y se han introducido -lo que a nuestro juicio son- algunas mejorías. Para ello hemos contado con la asesoría de María Fuentes, experta en ayuno terapeutico, y la consulta del libro "AYUNO Y SALUD"(2).

EL AYUNO

Cada uno de nosotros es un experto del ritual llamado "comer". En la sociedad de consumo, sabemos cuándo tenemos apetito, sabemos cómo procurarnos y preparar nuestra comida. También, conocemos algunas sensaciones que nos proporciona lo que comemos, sobretodo, cundo se trata de satisfacción , de indigestión o de ambas a la vez.

El hecho de no comer, por el contrario, es muy poco conocido y poco familiar.¿Qué sucede cuando cesamos de suministrar alimentos sólidos a nuestro cuerpo?.¿Qué llega a ser de nuestro apetito, nuestro humor, nuestra vitalidad, la facultad de dedicarnos a nuestras tareas habituales; y qué sucede cuando, después de no haber comido durante un cierto tiempo, volvemos a introducir alimentos en nuestro organismo?.

FONDO MOC

En primer lugar , debe quedar muy claro que si se emprende después de una buena preparación, continuado e ininterrumpido, el ayuno puede ser una experiencia gratificante y benéfica.Uno de los "efectos secundarios" de un ayuno político limitado y correctamente realizado sería una mejor salud, una fuerza y una vitalidad acrecentadas.

COMO PREPARARSE PARA AYUNAR

Para empezar, lo ideal sería emprender el ayuno cuando uno se sienta en la cumbre de su forma física y anímica. El ayunador debe tener perfectamente claras las razones por las que emprende su ayuno, así como los objetivos que puede llegar a alcanzar gracias al mismo.

Lo fundamental es ir modificando (reduciendo) la dieta alimenticia progresiva y lentamente hasta llegar a la situación de huelga de hambre en la que solamente se consume agua . Con bastante antelación, hay que disminuir progresivamente la absorción de estimulantes (tabaco, alcohol,café, té) y de azucar. La razón es que durante el ayuno deben suprimirse completamente,y la mayoría de personas que recurrimos a esos excitantes somos más o menos dependientes de ellos. Si hay una privación brusca de ellos, al mismo tiempo que de alimentos, existe el riesgo de caer enfermos o que se presenten desordenes físicos

y/o psíquicos graves.También la dieta utilizada previemente influye en la preperación al ayuno. Así, esta debe ser más larga si el régimen habitual es omnivoro (con carne y pescado), y puede acortarse bastante si se trata de una dieta vegetariana (con lacteos y huevos) o vegetariana estricta.

Lo ideal sería ir realizando la modificación progresiva de la alimentación mediante ETAPAS, en las que hubiese una reducción y una estabilización del peso.(Por ejemplo: partiendo de la etapa de una dieta vegetariana estricta, proseguir con lo que se denomina un régimen asociado. Esto es, por la mañana, fruta; al mediodia, verduras crudas, aceite y patatas o cereales; por la noche, verduras ligeramente cocidas y frutos secos. Una vez estabilizado el peso, volver a reducir la dieta, compuesta exclusivamente de frutas y/o verduras crudas e íntegras. La etapa siguiente solo comprendería zumos, (de fruta, verduras u hortalizas). Antes de pasar al agua "a secas", aún habría una etapa en la que sólo se consume un caldo de verduras muy diluido.).

En el caso de una situación no-optima(v.gr. encarcelamiento), debe procurarse una aproximación al modelo ideal. Esto puede hacerse discriminando progresivamente del "menú" varios alimentos, comiendo cada vez más ligeramente. Por ejemplo: ensaladas, legumbres cocidas, fruta.

La mejor preparación para un ayuno de larga duración (a partir de 8 dias) es emprender una serie de ayunos cortos, de 24 a 48 horas, que se repitan regularmente cada 8 ó 15 dias. Estos ayunos de entrenamiento actúan como una puesta en situación, permitiendo al individuo familiarizarse con el proceso del ayuno, igual que un atleta se entrena para una gran carrera corriendo regularmente pequeñas distancias. De este modo es posible aprender a conocer las propias reacciones frente a la realidad del ayuno y se puede saber a que atenerse en el caso de un ayuno más largo.

FONDO DOCUMENTAL

Tratad de tener agua fresca, pura, del mejor origen posible. Es importante poder estar tranquilo y sentirse apoyado, aunque sea desde "el exterior". Es muy estimulante saber que otras personas, incluso aunque no ayunen, comparten los objetivos del ayuno.

ASPECTOS FISIOLOGICOS DEL AYUNO

La mayoría de nosotros, habitantes de paises ricos, comemos más de lo que necesitamos para sobrevivir. El ritmo de nuestras comidas no corresponde con el que nuestro cuerpo necesita, y la cantidad de alimento que ingerimos cotidianamente no es de ningún modo necesario para reemplazar las reservas de nuestro cuerpo. De hecho, la mayoría podría ayunar sin peligro durante 30 dias, sin que su organismo corra el riesgo de que le falte alguna sustancia indispensable para el mantenimiento de la vida.

En el transcurso del ayuno, el cuerpo está sumido en un importante proceso de adaptación. Privado de las habituales fuentes de energía (los alimentos), que toma de las reservas de grasa

almacenadas debajo de la piel y en el abdomen. Las materias nutritivas necesarias para el mantenimiento de las funciones vitales normales y sanas son extraídas de las reservas que el mismo organismo ha constituido. Este proceso de adaptación del organismo al ayuno demuestra una vez más la notable resistencia del cuerpo y su capacidad para sobrevivir en condiciones muy diversas. Sin embargo, hay que señalar que cada individuo reacciona de manera diferente. Su capacidad de adaptación está en función de su estado físico y anímico. Por ello, volvemos a resaltar la importancia de realizar ayunos cortos de ensayo antes de emprender uno de larga duración. De este modo el ayunador sabrá a qué atenerse y puede basarse en su experiencia personal para responder a las reacciones de su organismo en el ayuno.

Enumeramos a continuación las reacciones más frecuentes de los ayunadores. No se producen todas al mismo tiempo, y ciertas personas no constatan la aparición de algunas de ellas. Asimismo la intensidad y duración varían de un individuo a otro:

1. La lengua se carga y la boca se torna pastosa. Esto es debido a la eliminación de residuos corporales y toxinas.
2. El aliento se vuelve fuerte, tambien por la eliminación de toxinas.
3. Se experimenta una impresión de debilidad muscular, sobre todo al despertar.
4. Pueden surgir sensaciones desagradables de hambre, retortijones de estómago, hinchazones abdominales, gases intestinales. En general duran 3 ó 4 dias, después se deja de estar particularmente interesado o atraido por la comida.
5. El peso baja de manera más o menos rápida.
6. Pueden sobrevenir algunos dolores de cabeza, acompañados de vértigos, sobre todo al levantarse de golpe.
7. Alteraciones de la temperatura (frio y calor). Las manos y los pies pueden enfriarse.
8. La orina se carga, se colorea y puede oler fuerte.
9. Detención de la eliminación intestinal o deposiciones. No hay motivos para inquietarse. No se han de tomar purgas ni poner lavativas antes, durante, ni después del ayuno.
10. Modificaciones de la piel tales como erupciones y rojeces. Proceden igualmente de la eliminación de toxinas
11. Pueden aparecer síntomas de enfermedades pasadas. Estos, se presentan con intensidad y por un corto lapso de tiempo.
12. También pueden surgir crisis de descarga psíquica. De estos hablaremos en el siguiente apartado.

ASPECTOS PSICOLOGICOS DEL AYUNO

En primer lugar, sería útil distinguir el hambre del apetito. El hambre es una necesidad del organismo cuyo fundamento es de orden fisiológico: la verdadera sensación de hambre y la reacción que produce -comer- son necesarias para mantener al individuo con vida. El apetito, por el contrario, es esencialmente una pulsión de orden psicológico que impele al sujeto a buscar el placer a través del acto de comer. Lo más frecuente es que sea el apetito y no el hambre lo que nos conduce a tomar tres comidas al día.

Cuando voluntariamente cesamos de alimentarnos, entramos en un proceso en el cual el apetito acabará por ser reemplazado por la verdadera hambre. En el transcurso de un ayuno de larga duración, la verdadera hambre aparece generalmente entre los 25 y 45 dias de ayuno. La sensación muy fuerte de apetito que experimenta el ayunador y que traducimos corrientemente por "hambre", somete al ayunador a una cierta violencia psicológica durante los primeros dias del ayuno.

Por otra parte, el ayuno tiende a acentuar los rasgos psicológicos de la persona. Si normalmente se es ansioso o nervioso, se lo será aún más en el transcurso del ayuno. Del mismo modo, una persona sosegada y meditativa se sentirá aún más llevada hacia la meditación durante su ayuno. El ayuno provoca desbloqueos emocionales, por lo que hace emerger nuestros sentimientos a la superficie de la conciencia.

FONDO MOC

Los sentimientos que pueden experimentarse más comúnmente en el curso de un ayuno son: tristeza, ansiedad, irritabilidad, agresividad, y por otra parte, euforia, claridad y tranquilidad.

Otro fenómeno que puede ocurrir es que los dias parezcan interminables. De ello resulta el tedio y una sensación de monotonía. Por esto, es importante llenar el tiempo realizando actividades que realmente nos gusten. Es una excelente ocasión para escribir cartas a familiares, amigos y amigas, (recibir y contestar cartas -pese a las limitaciones- es de las cosas que más animan en el encierro!). Del mismo modo, es un buen momento para dedicarse a la pintura o al dibujo, (la creatividad puede alcanzar unas cotas increibles!!). Hay que tener precaución con la lectura. En fin, hay algo muy reconfortante y satisfactorio en el ayuno cuando se tiene presente el motivo que lo ha impulsado, su trascendencia y efectos y, además, se es consciente de que se tiene el tesón y la voluntad necesarias para un compromiso de esta envergadura.

COMO TERMINAR EL AYUNO

Atención!!!: es lo más importante. Hay que saber interrumpir correctamente el ayuno. Si tomamos un alimento inapropiado, o comemos demasiado, o demasiado deprisa , podemos caer gravemente enfermos. Después de un ayuno relativamente largo, el

cuerpo ha perdido el hábito de recibir y transformar el alimento. Incluso psicológicamente debemos volver a habituarnos a la idea de comer.

Hay que realimentarse lentamente, mediante un proceso paulatino cuya duración debe, como mínimo, equivaler a los dias que ha durado la huelga de hambre.

Lo ideal sería romper el ayuno en un momento óptimo tanto física como psíquicamente (esto significa que el organismo se ha estabilizado: lengua limpia, respiración desahogada, mirada brillante, el aliento fresco, las fuerzas vuelven aunque no se haya ingerido ningún alimento y, sobre todo, la aparición del hambre real, que va acompañada de un estado eufórico.). De todos modos la situación ideal no suele darse y cada caso debería realizar un retorno específico según su estado.

Daremos unas directrices generales: el proceso de realimentación correcto coincide con el de preparación del ayuno, descrito anteriormente, pero a la inversa, claro!. Es decir, debemos empezar con jugos de frutas o de legumbres (diluídos con la mitad de agua). Para ello, el ayunador puede mascar la fruta sin tragarse la celulosa y beber agua (esto es un buén método, pues evita la ingestión de una cantidad excesiva de zumo). Esto también incluiría los caldos de verduras u hortalizas, sólas y muy diluidas.

Durante los primeros dias, incluso la primera semana, hay que evitar a toda costa comer ningún alimento de origen animal , (leche, queso, pescado, huevos, carne). Más tarde pasaremos a las legumbres verdes y a la fruta (la verdura preferiblemente cruda o poco cocida y la fruta madura). Finalmente podremos incluir alimentos como los frutos secos , cereales, patatas, queso fresco y huevos, pasando, a continuación, a una dieta vegetariana completa.

Volvemos a repetir que el momento más delicado del ayuno es el del retorno progresivo a un régimen normal. Este período es tan largo como el ayuno mismo. Con frecuencia se tiene la tentación de comer con exceso. Es tan importante mantener la "disciplina" del ayuno los dias siguientes a su interrupción como durante el ayuno mismo. Este habrá llegado realmente al final sólo cuando elperíodo de readaptación al régimen normal haya terminado.

PRECAUCIONES Y CONSEJOS PRACTICOS PARA EL AYUNO

- Las personas que hayan padecido alguna afección física (tuberculosis, enfermedades cardíacas) o psicológica NO deben emprender un ayuno. Las personas muy delgadas -asténicos- o diabéticas deben igualmente abstenerse.

- Si se está bajo tratamiento, el efecto de los medicamentos debería ser reducido o, mejor, suprimido. Para ello, más vale consultar a un médico de confianza. No hay que tomar ninguna droga,

legal o ilegal, durante el ayuno.

- No levantarse demasiado bruscamente. La tensión arterial, la respiración y el ritmo cardíaco están reducidos, y se corre el riesgo de indisponerse. (Si esto sucede, poner la cabeza entre las piernas o acostarse con las piernas levantadas). Es, pues, aconsejable incorporarse lentamente, por etapas (acostado, sentado, de pie).

- Durante un ayuno prolongado, el cuerpo se pone al ralentí y el metabolismo de base se reduce, (de ahí esta impresión de frio). Lo mejor es economizar desde el principio la enegía física y mental. Para compensar la pérdida de calor, es aconsejable vestirse cálidamente (incluso en verano, al menos por la mañana y por la noche) y no exponerse inútilmente al frío (del aire y del agua). Si fuera necesario, para calentarse las manos y los pies, llevar guantes y calcetines de lana, a veces un gorro si se tiene sensación de frio en la cabeza. De una manera general, hay que evitar los extremos (temperatura y grado de humedad) que hacen más difícil el mantenimiento de la temperatura normal del cuerpo.

- Tanto como sea posible, es preciso respirar aire fresco.

- Hay que dejar de pensar en el alimento, manteniéndose ocupado en otros pensamientos y actividades.

- Beber agua, lo más fresca posible y en abundancia (no hay que exagerar, bebiendo según la sed; la concentración de la orina es un buén indicador de la cantidad de agua necesaria).

- Es bueno mantenerse moderadamente activo, combinando la actividad con el reposo.Ejercicios de relajación y automasaje.

- Cuidar del aseo personal. Es necesario para mantener la piel limpia de la mayor cantidad de toxinas que se eliminan a través de ella. Preferible lavarse con agua ni demasiado caliente ni demasiado fría, para evitar un despilfarro de energía. Por la misma razón las duchas serán de corta duración. También, puede cepillarse suavemente la lengua para quitarle los residuos y acelerar su eliminación (si se hace antes de beber, disminuirá el mal sabor del agua).

- En fin, contar con mucha SALUD y mucho ANTIMILITARISMO!!!!!

Un beso.

Sergi

FONDO MOC

NOTAS:

(1)- "Guia del ayuno político", traducido -del francés- por J. Luís Zumajo, Procedente de: "Non violent Tactics Development Project".Oregón, USA. Editado por el Grupo de Noviolencia de Avilés.

(2)- "Ayuno y Salud", Désiré Mérien. Edición en castellano : "Puertas abiertas a la nueva era"; Ciutat de Mallorca-85.

III.— Encuesta efectuada entre un grupo de expresos políticos en su onceavo día de huelga de hambre

(Se trata de presos pendientes de juicio, con derecho a visita de Abogado).

CUESTIONARIO

1.— ¿Cuándo tuviste la sensación de hambre más aguda?
2.— ¿Cuántas horas duermes?
3.— ¿El sueño es intenso o es agitado?
4.— ¿Qué cantidad de agua bebes?
5.— ¿Tienes sensación de frío o de calor?
6.— ¿Tienes dolores físicos?
7.— ¿Qué tal con la vista? ¿Ves las cosas borrosas?
8.— ¿Te mareas al levantarte? ¿Cuándo comenzó?
9.— ¿De qué dispones en la celda?
10.— ¿Sufres de alucinaciones?
11.— ¿Cuántos cacheos tienes al día y cómo son?
12.— ¿Qué tal estás de humor? ¿Tienes preocupaciones? ¿En qué piensas?
13.— ¿Te comunicas con los demás huelguistas?
14.— ¿Cómo es el trato de los funcionarios? ¿Cuántas veces te visitan? ¿Te molesta la visita del funcionario?
15.— ¿Factor determinante de tu resistencia?

FONDOMOC

RESPUESTAS

Primer encuestado

1.— Desde el primer día tuve hambre. El segundo o el tercer día, no recuerdo bien, por la noche tuve la sensación de hambre más aguda.

En el momento actual el hambre me acosa principalmente por la noche. Durante el día engaña bastante el hambre, pensando en cualquier cosa, tratando de comunicarme con la celda contigua, lavándome los dientes. Acudo mucho a la política. Intento recordar lo que estaba estudiando y leyendo: economía, euskera, el *Canto general* de Neruda y otras cosas. Hago mentalmente ejercicios de euskera. (Dice que se puede distraer).

2.— Normalmente duermo diez horas, si bien, hoy, he dormido muy pocas horas porque tenía insomnio y daba vueltas en la cama.

3.— El sueño es muy agitado y además con bastantes sueños o alucinaciones.

4.— Al día bebo como un cuarto de litro. Una vez al mediodía, otra vez por la mañana y otra vez por la noche. Lo hago espontáneamente, sin establecerme a mí mismo una regulación de veces y cantidades de agua.

5.— Tengo mucha sensación de frío. (Las manos tienen color blanco como de muerto).

6.— Esta noche he sentido como una contracción a la altura del pecho, pero insignificante, es decir, sin mayor importancia.

7.— Con la vista ando normal.

8.— Hoy sobre todo he notado mucha pérdida de equilibrio al levantarme, es decir, sensación de que me caía. Para venir desde la celda hasta el locutorio de abogados he venido con pasos despacitos, tengo miedo de perder el equilibrio si doy pasos grandes. Esta sensación de pérdida de equilibrio la he no-

tado mucho de un día a otro. La empecé a notar hace unos tres días, pero fundamentalmente de ayer a hoy.

9.— Dispongo de la cama, cepillo de dientes y ropa que llevo puesta.

10.— Sólo tengo alucinaciones, que probablemente no son alucinaciones, sino simples sueños, cuando estoy dormido.

11.— Cuando llega el abogado. Los hacen a fondo.

12.— De humor estoy bastante mal, al menos cuando aparecen los funcionarios, quiero decir que cuando aparece un funcionario nunca he sentido tanta agresividad y cabreo como en estos momentos. Cuando estoy sólo me siento bastante preocupado. Instintivamente sólo pensaría en comer. Pero continuamente me estoy superando y pensando en la línea ideológica, en las motivaciones; es decir estoy continuamente pensando y comprendiendo políticamente la razón de mi huelga de hambre.

13.— Balbuceos a través del lavabo y golpes en la pared. (En otra huelga anterior les pusieron en celdas separadas, entre celda y celda de castigo había otra vacía. Pero esta vez no lo han hecho).

14.— Ayer me tocó uno de los funcionarios últimos traídos y continuamente me molestaba haciéndome levantarme de la cama, ponerme de pie y firme, reprimiéndome porque no estaba la celda limpia, etc. hasta que tuve que tener una discusión en la que le expliqué que estaba haciendo la huelga de hambre y que no acataba las normas que se me imponían. Depende del funcionario que te toque de guardia.

Los funcionarios me visitan durante el desayuno, cuando dan el almuerzo, la comida y la cena. Además en los recuentos que hacen para ver si falta algún preso. Son seis recuentos, aunque a veces se salten alguno.

Normalmente es el funcionario que está de guardia y luego algunos otros funcionarios más, no concretados, que nos miran por las mirillas e incluso, normalmente, abren la puerta.

El médico nos visita todos los días, no es el médico de la cárcel, yo creo que es médico Forense, él mismo lo ha dicho. Nos toma el pulso y no nos ausculta, sino que nos pregunta si tenemos alguna molestia y nos mira la lengua.

Lo que más me molesta es la insolencia. A pesar de llevar ya once días sin comer, siguen haciéndome ponerme de pie y aplicándome el reglamento.

15.— La solidaridad con los demás huelguistas y la comprensión política de esta ción.

FONDOMOC

Segundo encuestado

1.— Tuve hambre desde el primer día. La sensación más aguda de hambre la tuve hacia el cuarto día, cuando pasaban la cena. Abrieron la puerta de la celda antes de que llegase el funcionario y tenían allí la cazuela y entró el olor. Cuando más siento el hambre es todos los días a la hora de cenar. Cuando estoy acostado por la noche solamente un día sentí hambre, porque me duermo normalmente en cuanto me acuesto. Aguanto bien el hambre; echo dos tragos de agua y se me va.

2 y 3.— Suelo dormir unas diez horas. Duermo con bastante intensidad. No sueño mucho, sueño lo que considero como normal, como lo que soñaba también antes, sólo que ahora sueño con comida. También a veces sueño con la familia.

4.— De tres a cuatro litros de agua. Cada vez que noto el estómago, le doy un trago al agua.

5.— Paso mucho frío. El frío lo paso cuando estoy de pie, cuando estoy tumbado en la cama no. Claro, en la cama me tapo con bastantes mantas.

Ayer y hoy es cuando estoy pasando más frío, creo que empecé a sentir frío al tercer día.

6.— El primer día tuve fuertes dolores de estómago. Al segundo día noté un poco de dolor y luego ya nada.

7.— Con la vista ando bien.

8.— Hacia el quinto día comencé a sentir algo de mareo al levantarme. Por lo demás, quitando esa sensación de mareo al levantarme, la visión la tengo bien. Comencé también entonces a tener sensación de pérdida de equilibrio.

9.— Cama, ropa y cepillo de dientes.

10.— Nada.

11.— En las visitas del abogado me hacen un cacheo completo.

12.— De humor muy bien. (Como impresión del abogado que hace las preguntas, le encuentra de mejor humor que en ocasiones anteriores a la huelga. Tal vez sea por la realidad de que está en este momento luchando). Tenía ganas de hacer algo y por fin ya estoy haciendo algo. Estaba hasta ese momento hasta el gorro de la cárcel. Ahora también, pero...

Pienso mucho en lo que estoy haciendo y en la situación de los compañeros de fuera. Pienso también bastante en la chavala.

13.— No.

14.— El trato de algunos funcionarios es muy seco. Otros tienen un trato más humano. En realidad el trato que recibo es el mismo que recibía antes; todo depende de que el funcionario que te toque sea el bueno o sea el malo. Me visitan a la hora de desayunar, de comer y de cenar para preguntarme si quiero desayunar, comer o cenar. Me visitan también en los recuentos. Me ha visitado también un jefe de servicios para explicarme las decisiones del Director con respecto a las reivindicaciones que tenemos planteadas. Lo que más me molesta del funcionario es su aire de superioridad.

15.— Creo que hemos conseguido algo, sea lo que, sea, aunque, claro está, no tengo plena seguridad de las cosas que voy a conseguir. Creo que se van a conseguir la mayoría de las reivindicaciones.

FONDOMOC

Tercer encuestado

1.— Los dos primeros días.

2.— Poco, seis horas.

3.— Muy agitado y con sueños múltiples.

4.— Dos litros al día.

5.— Frío.

6.— No.

7.— Sí, veo borroso. Se me nubla sobre todo al levantarme de la cama.

8.— A partir del quinto día.

9.— De la cama y mantas.

10.— No.

11.— Al ir al locutorio del abogado y al volver.

12.— De humor mal. Sí, estoy preocupado. Pienso en la novia y en la libertad.

13.— Me comunicaba con uno trepando a la ventana, pero nos cazaron.

14.— El trato ahora es fuera de lo normal en el sentido de que ahora es respetuoso. Me visitan en los recuento, tres veces al día y luego para las comidas. Lo que más me molesta es que se hacen los amigos.

15.— Convicciones.

Cuarto encuestado

1.— Los primeros días.

2.— Todas las que puedo. Doce.

3.— Agitado.

4.— Más o menos un litro.

5.— De frío.

6.– Sí, en los riñones.
7.— Bien, no veo borroso.
8.– No.
9.— Cama y ropa.
10.— No.
11.– Al ir al abogado y al volver.
12.– El humor bueno. Ninguna preocupación. Pienso en muchas cosás, en salir pronto.
13.– No me comunico.
14.— Normal. Una vez el médico. Los demás para los recuentos y en las comidas.
15.— Ideológico.

Quinto encuestado

1.— El tercer día.
2.– Catorce.
3.— No es profundo.
4.– Un litro más o menos.
5.— Frío.
6.— No.
7.— Con un ojo veo mal, borroso.
8.– No.
9.— Cama y ropa.
10.– No.
11.— En las visitas de abogados.
12.— De humor bastante bien. Estoy un poco preocupado. Pienso en poder terminar cuanto antes la huelga, por la familia.
13.— Apenas me comunico. Le silbo a Emilio, pero no sé si me oye, porque él no sabe silbar fuerte.
14.– Algunos me tratan bien y otros mal. Vienen cuatro o cinco veces por la mañana y ocho o nueve por la tarde. Me molesta cuando vienen en plan chulo.
15.— Porque quiero conseguir lo que me he propuesto.

Sexto encuestado

1.— 36 horas después de haber empezado.
2.— Ocho horas.
3.— Agitado.
4.— Dos litros y pico.
5.— Frío, mucho frío.
6.— No.
7.— Bien. No.
8.— Sí, al cuarto día.
9.— De nada, la cama y la ropa.
10.— No.
11.– Cuando viene el abogado. El cacheo es total y a fondo.
12.— El humor va bien, muy bien. No estoy preocupado. Pienso en la comida y en cosas familiares.
13.– Por medio de la ventana antes, ahora intento por el grifo.
14.— No contactamos. Vienen cinco o seis veces. No sé si me molestan.
15.— Por compañerismo con los otros, para llegar a una justicia y un arreglo.

Séptimo encuestado

1.— El segundo día aproximadamente.
2.— Cuatro horas.
3.– Muy agitado.
4.— Dos litros aproximadamente.
5.— Mucho frío.

FONDOMOC

6.— Sí. en el estómago.
7.— Veo borroso de vez en cuando.
8.— Sí, desde el cuarto día.
9.— No me dejaron coger bolígrafo, ni papel, ni libros, ni tabaco.
10.— No.
11.— Antes y después de estar con el abogado me registran de arriba abajo.
12.— Ahora estoy bastante bien. Cuando estoy solo me encuentro algo triste. Sí que estoy algo preocupado. Pienso en la familia, en lo que nos puede pasar, en el castigo.
13.— Por el grifo.
14.— No es bueno, bastante bruto según quien esté de turno. Vienen muchas veces, siete, ocho, tal vez más... Me molesta su forma de ser; empezando por el uniforme y todo lo demás.
15.— Especialmente para conseguir lo que pedimos y por solidaridad con los compañeros.

Octavo encuestado

1.— Con un trago de agua o con el cigarrillo se aguanta el hambre.
2.— Cinco horas aproximadamente.
3.— Muy agitado.
4.— Un litro más ò menos.
5.— Mucho frío.
6.— Sí, en la cintura.
7.— De vez en cuando.
8.— Sí, desde el cuarto día.
9.— Cama y ropa puesta. Pude esconder algo de tabaco.
10.— No.
11.— Antes y después de estar con el abogado a fondo.

FONDOMOC

12.— Ahora estoy bien. Cuando estoy solo me encuentro triste. Estoy algo preocupado. Pienso en la familia.
13.—Por el grifo.
14.— El trato no es bueno; pero depende del que te toque. Se meten (en la celda) demasiadas veces, siempre que quieren. Me molesta su intromisión y que no te dejan en paz.
15.— Para conseguir lo que pedimos y por solidaridad con los compañeros.

Noveno encuestado (Se trata de un penado a su salida de prisión).

1.— En las cuatro huelgas de hambre que he realizado durante mis siete años de estancia en cárceles, la sensación de hambre más aguda la he tenido a partir del tercer día. Este día resulta eterno y durante las horas de la comida y de la cena, cuando llega el funcionario y te pregunta ¿Va a comer? o ¿Va a cenar? hay que hacer un esfuerzo, esfuerzo que resulta más fácil cuando puedes oír que todos los compañeros van dando la negativa a la pregunta del funcionario. Tres de aquellas huelgas pasaron de los 30 días.
2.— Los siete primeros días he conseguido dormir de nueve a diez horas.
3.— El sueño, durante la huelga de hambre, en general es muy agitado, y según avanzan los días lo es más. Aparte que cuesta muchísimo conseguir el sueño por el hambre que se siente y porque constantemente estás pensando en la comida, el sueño es muy ligero y los sueños, todos ellos, están relacionados con la comida.
4.— Unos seis vasos distribuidos de la siguiente manera: Un vaso durante el desayuno, a media mañana, durante la comida, a media tarde y durante la cena. Según avanzan los días, me levantaba también durante la noche para beber algún trago que

otro. En este punto quiero hacer constar que, en la huelga de hambre, con motivo de las ejecuciones de Txiki y Otaegui y los militantes de FRAP, varios compañeros nos negamos incluso a tomar agua. Yo estuve durante dos días y eso en realidad es indescriptible.

5.— En general de frío, porque aparte de la falta de calorías, las celdas de castigo son celdas bajas, donde no entra el sol. Y si a eso añadimos las bajas temperaturas que registran algunas cárceles por los meses de diciembre-enero, etc., la sensación es todavía mayor.

6.— No los he tenido.

7.— No he tenido problemas con la vista.

8.— Los mareos comienzan en general, al sexto día. Por eso, a partir, de este día me veía obligado a permanecer tumbado en la cama.

9.— Algunas prendas de vestir, un vaso y cepillo y pasta de dientes. Ha habido alguna huelga de hambre en la que me han quitado hasta el reloj. En otras me han dejado la cama.

10.— No.

11.— Depende de la guardia. Hay un cacheo diario, al atardecer. Pero también hay cacheos sorpresa. Los cacheos son fuertes. Te registran el colchón, te desmontan la cama, cachean las ventanas, etc. En algunas huelgas de hambre me han cambiado el colchón-para cachearlo detenidamente por si encontraban cigarros.

12.— De humor en general bien, aunque cada vez que vienen los funcionarios a cachearte, etc. la sensación de impotencia y de que te tratan como un objeto te excita. El tipo de preocupaciones que he tenido ha sido el de un posible traslado a otra cárcel o el de cómo irán las luchas en la calle. La única huelga de hambre que he tenido verdadera preocupación y además constante, fue durante la huelga de hambre del verano del 75. Mi única preocupación era las vidas de Txiki, Otaegui y los

FONDOMOC

demás condenados a muerte. Por lo demás piensas en todo: tu vida en la calle, familia, etc., pero la verdad es que el pensamiento se centra en la comida y recuerdas hasta las comidas que te veías obligado a echarlas por el water porque eran incomibles.

13.— Sí, además los días de huelga de hambre la necesidad de comunicación es más aguda. Me he comunicado desde el alfabeto morse hasta por el retrete.

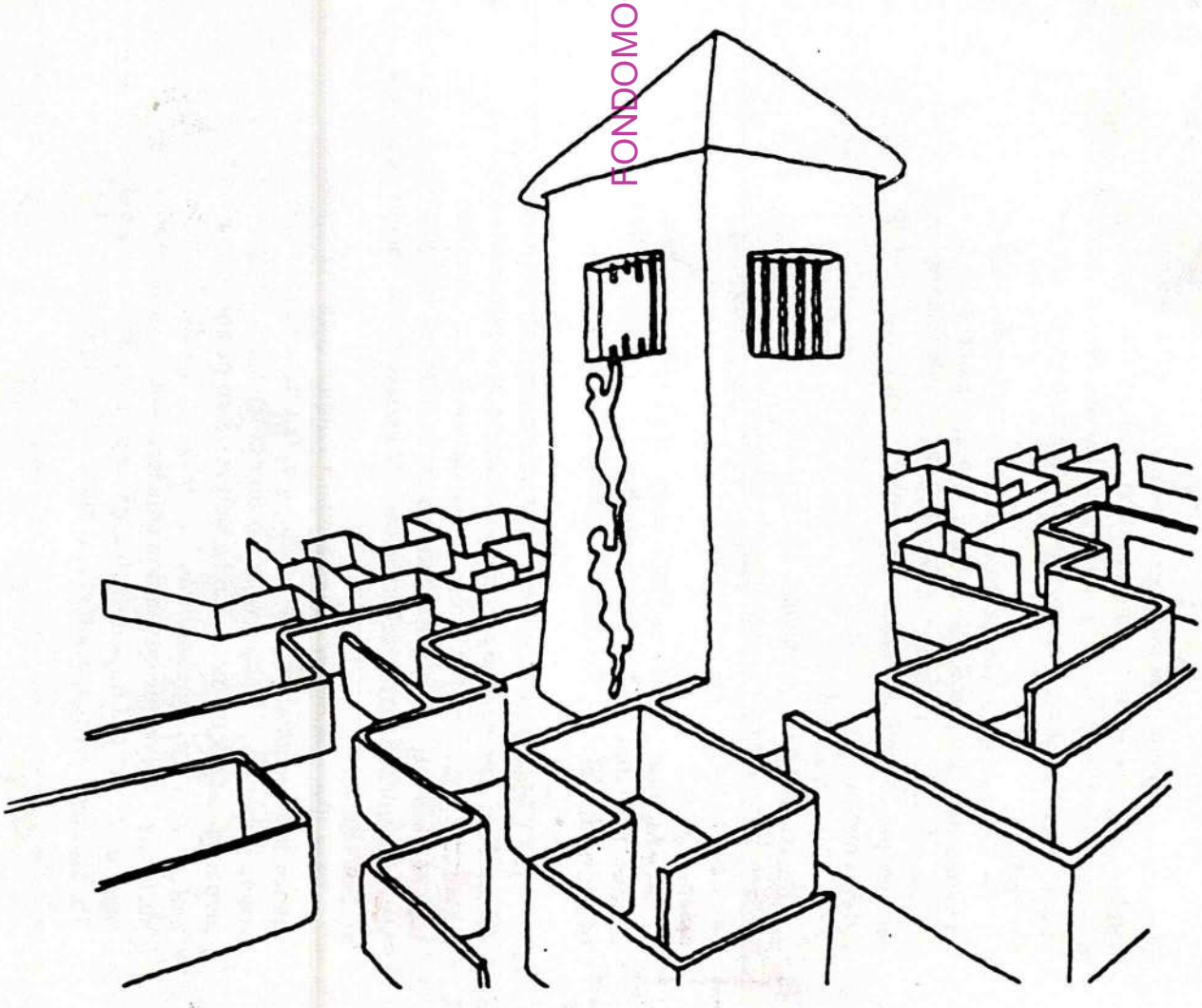
14.— El trato de los funcionarios, salvo raras excepciones, es de molestarte e incordiarte constantemente. Las visitas normales corresponden a las horas de la comida y de la cena y los cacheos, pero aparte de éstas hay quienes te vigilan constantemente, fundamentalmente para que no puedas comunicarte con los compañeros huelguistas. Sí, resulta molesta la visita del funcionario.

15.— El factor determinante de mi resistencia ha sido mis convicciones políticas. Pero aparte hay que tener en cuenta que el preso no dispone de más medios de lucha, tanto para enfrentarse a la represión interna de la cárcel como para apoyar la lucha de la calle, que el de la huelga de hambre y en alguna medida es una necesidad porque a través de esa huelga de hambre vives más profundamente tu condición de preso político.

(Septiembre de 1976)

Miguel Castells

"Los Procesos Políticos"

Ed. Fundamentos, 1977

FONDOMOC